

EDUCAZIONE ALIMENTARE - COMUNE DI ORBASSANO

ANNO SCOLASTICO 2016-2017

Illustrazione dei progetti di educazione alimentare, rivolti a tutti gli alunni per l'anno scolastico 2016-2017, con le modalità di attuazione.

TEMPI E PROGETTI SCUOLE PRIMARIE

DIETISTI PER UN GIORNO ** (1 incontro di 1 ora)

Scuola	Anno scolastico	Data	Orario	Modalità
Classi 4°	2016-2017	Gennaio 2016 (da definire)	1 ora per classe + Preparazione e menu' e ricette	Incontro di un'ora in cui la tematica sarà la corretta alimentazione. In seguito all'incontro in cui verranno forniti degli spunti, ad ogni classe verrà richiesto di realizzare un menù con le relative ricette che verrà valutato da una giuria composta dai cuochi e dalla dietista; in seguito ad attenta valutazione verrà eletto il menu' migliore. Lo stesso verrà proposto in una giornata in sostituzione del menu' previsto.

**In alternativa alla visita didattica in fattoria.

VERDURIAMO INSIEME (1 incontro di 1 ora)

Scuola	Anno scolastico	Data/orario	Orario	Modalità
Classi 1°	2016-2017	Febbraio 2016 (Da definire)	1 ora per singole o coppie di classi	Intervento di 1 ora circa sarà basato sulla scoperta di alcune particolari tipologie di verdure (cavoli, verza, zucca, broccoli.. ecc.). Durante l'incontro attraverso l'utilizzo dei sensi (tatto) verranno evidenziate le caratteristiche delle varie verdure stimolandone il consumo da parte dei bambini.

CONOSCERE LE ETICHETTE (2 incontri di 1 ora)

Scuola	Anno scolastico	Data/orario	Orario	Modalità
Classi 5°	2016-2017	Dicembre 2015 (1° e 2° incontro) (Da definire)	2 date da 1 ora per coppie di classi	Durante l'intervento verrà spiegata ai ragazzi l'importanza dell'etichette e le loro caratteristiche. Verrà insegnato loro a leggerle correttamente e quindi a valutare le caratteristiche nutrizionali dei vari prodotti. Nel secondo incontro sulla base di quanto spiegato si chiederà ai ragazzi di portare delle etichette da analizzare insieme oppure verrà effettuato un gioco

1. TEMPI E PROGETTI PER TUTTI GLI UTENTI

MANGIARE BENE PER CRESCERE BENE

Scuola	Anno scolastico	Data	Orario	Modalità
Primaria Pavese	2016-2017	Da definire	8.30/9.00	Somministrazione (assaggi) della corretta colazione a tutti i bambini: latte, cereali, fette biscottate, marmellata, biscotti, succo frutta. I bambini dovranno giungere a scuola senza colazione.
			Pranzo	Somministrazione del pranzo secondo il menù previsto.

LA PASTA INTEGRALE

Scuola	Anno scolastico	Data	Orario	Modalità
Tutte le scuole di ogni grado	2016-2017	Tutto l'anno	Una volta al mese	Una volta al mese, a pranzo, viene sostituita la pasta normale con la pasta integrale: <i>mercoledì 12 ottobre</i> <i>martedì 8 novembre</i> <i>giovedì 15 dicembre</i> <i>venerdì 20 gennaio</i> <i>giovedì 9 febbraio</i> <i>giovedì 9 marzo</i> <i>giovedì 27 aprile</i> <i>martedì 23 maggio</i> <i>venerdì 16 giugno</i>

MENU' QUATTRO STAGIONI E DELLE FESTIVITA'

Scuola	Anno scolastico	Data	Orario	Modalità
Tutte le scuole di ogni grado	2016-2017	Tutto l'anno	Una volta al mese	<p>Verrà somministrato a rotazione, un menù speciale:</p> <p>MERCOLEDI' 26 OTTOBRE MENU RICORDO DELL'ESTATE pasta al tonno (in bianco), cuori di merluzzo gratinati macedonia di verdure, gelato</p> <p>GIOVEDI' 17 NOVEMBRE (MERCOLEDI 16 NOVEMBRE LA VELLUTATA DI ZUCCA E' SOSTITUITA DA PASTA POMODORO E PESTO) MENU D'AUTUNNO Crema di zucca con farro, grana a cubetti (biraghini) carote all'olio frutta (pera o uva)</p> <p>MARTEDI' 20 DICEMBRE MENU DI NATALE Mezzelune con ragu' di carne e besciamella, arrosto di lonza, patate al forno, pandoro</p> <p>MARTEDI' 10 GENNAIO MENU' D'INVERNO Riso con funghi ,fagioli agli aromi (come secondo piatto),biere all'io, frutta di stagione</p> <p>GIOVEDI' 23 FEBBRAIO MENU DI CARNEVALE Pasta tricolore (mozzarella, pomodoro e basilico),salsiccia di tacchino e pollo finocchi,dolce (bugie o crostata)</p> <p>Giovedì 23 MARZO MENU PRIMAVERA Pasta con zucchine e ricotta, tortino primavera insalata mista, frutta</p> <p>MARTEDI' 11 APRILE MENU DI PASQUA Tortellini alle 3 p (pomodoro, pesto e piselli) con besciamella,torta pasqualina insalata di carote, cioccolato</p> <p>Giovedì 18 MAGGIO MENU AMERICANO Panino con hamburger, patate, pomodori insalata,frutta di stagione</p> <p>MARTEDI 6 GIUGNO MENU PRIMAVERA Insalata fredda (di farro o orzo), caprese anguria</p>

Le attività di educazione alimentare saranno rivolte a tutti i bambini presenti anche di coloro che non usufruiscono della mensa, ad esclusione del pranzo previsto nel progetto "mangiamo bene per crescere bene" che sarà esclusivo per gli iscritti a mensa.

Le attività verranno svolte presso le singole sezioni oppure nei saloni dei plessi, in accordo con le singole strutture; le date e gli orari sono concordati con i referenti scolastici dei plessi coinvolti.

Orbassano, 27.09.16

La dietista
Elisa Giordano