

MENSE SCOLASTICHE: TROPPE PROTEINE, 'TRIPADVISOR' PROMUOVE MENU' SOSTENIBILI

31 Gennaio 2020



ROMA – Troppe proteine a pasto, troppa carne, poca spazio a cereali diversi da pasta e riso, dolci: sono solo alcuni degli errori delle mense delle scuole italiane secondo l'analisi di Foodinsider.it, Osservatorio fondato da Claudia Paltrinieri, autrice di 'Mangiare a scuola' (Franco Angeli).

L'ultima classifica dei migliori menù stilata da FoodInsider (che è anche una sorta di 'Tripadvisor' dei servizi di refezione) vede al primo posto Cremona, seguita da Trento e Fano. Roma si piazza solo 27/ima e all'ultimo posto c'è Asti. Fano è prima nella top ten del pasto sostenibile (a basso impatto ambientale), seguito da Cremona e Bergamo, spiega Paltrinieri all'Ansa.

Il menù è spesso ricco di errori: gli abbinamenti sbagliati nel piatto (come legumi e carne), la frutta data solo a fine pasto quando il bambino, sazio, difficilmente la mangia; e ancora, farine non integrali, pesce impanato (la panatura abbassa la qualità del prodotto, il bastoncino è cibo industriale e contiene spesso pesce ricomposto).

Il corollario di tanti errori, spiega, sono gli sprechi: un terzo del pasto viene buttato, ovvero circa 120 grammi a pasto che moltiplicati per 380 milioni di pasti l'anno è una quantità enorme.

“Attraverso la nostra indagine abbiamo mappato la realtà delle mense scolastiche – spiega – e trovato menu completamente squilibrati, con eccessiva proposta di carni e salumi, sovrabbondanza di proteine, pochi cereali integrali, poca varietà di verdure, pochi legumi e biologico. La mensa di qualità privilegia la cucina interna e la competenza dei cuochi – continua – ha uno stretto rapporto con il territorio da cui attinge risorse (promuovendo il biologico locale)”.

Il menu di qualità non prevede dolci, soprattutto le monoporzioni (ad es. i budini), fonte di zuccheri e di plastica, conclude; il menù vincente offre la frutta a merenda, un alimento più sano che consente al bambino di arrivare al momento del pasto con appetito, riducendo così gli avanzi di cibo in mensa.