



Presentazione del progetto

MENU'COLORATI

ANNO SCOLASTICO 2016/2017

La Gemeaz Elior è lieta di presentavi la prima edizione dei “Menù colorati”; un progetto di educazione alimentare avente lo scopo di sensibilizzare le nuove generazioni, a partire dalla tenera età, ad una corretta alimentazione.

Una delle principali finalità di questo progetto è quello di far acquisire un atteggiamento positivo nei confronti di una alimentazione varia ed equilibrata, ricca di frutta e verdura.

L’educazione alimentare, in età scolare, rappresenta lo strumento essenziale per la prevenzione di molte malattie. Costruire un corretto rapporto con il cibo è fondamentale per una vita sana in età adulta.

L’Organizzazione mondiale della sanità, ha infatti stabilito che ciascun individuo dovrebbe giornalmente introdurre 5 porzioni di frutta e verdura di diverso colore. Adeguate quantità di questi alimenti, oltre a proteggere da malattie cardiovascolari, neoplastiche e respiratorie, assicurano un rilevante apporto di carboidrati complessi, vitamine, minerali e sostanze antiossidanti.

Non sempre però, i bambini mangiano volentieri questi alimenti e trasmettergli il messaggio che sono indispensabili per la propria salute è fondamentale.

In quest’ottica, il momento della ristorazione scolastica assume particolare importanza nel processo di educazione alimentare e il nostro progetto ludico-educativo mira a creare interesse nei confronti di queste tematiche da parte dei nostri piccoli consumatori.