IL MENU PIÙ VERDE DELL'ANNO... SI TINGE DI ROSA!

8 FEBBRAIO 2024

Osservare, conoscere e giocare con il menu speciale della Green Food Week 2024

Il Comune di Milano e Milano Ristorazione, partecipano alla Green Food Week, l'appuntamento dedicato alla sostenibilità nella refezione scolastica nelle città italiane, promosso da Foodinsider, con un menù speciale a basso impatto ambientale. Con questa pubblicazione vorremmo fornire spunti per realizzare attività di educazione alimentare nelle scuole di Milano, sfruttando gli ingredienti del menu proposto durante la Green Food Week.

Iniziativa sviluppata in sinergia con:

Foto di Pierre Bamin su Unsplash

Indice

Il menu sano, sostenibile e locale dell'8 febbraio 2024 a Milano 04

Spunti didattici per gli insegnanti delle scuole primarie 08

Spunti educativi per la scuola dell'infanzia 24

Libri e albi illustrati 30

Comune di Milano
Area Food Policy
Ufficio Partnership e Sviluppo Azioni
Unità Coordinamento e Controllo Milano Ristorazione

www.foodpolicymilano.org
foodpolicy@comune.milano.it

Milano Ristorazione
Comunicazione e Relazioni Esterne
Direzione Gestione Operativa - Ufficio Ricerca e Sviluppo
Ufficio Qualità e Sicurezza Alimentare

www.milanoristorazione.it
relazioniesterne@milanoristorazione.it

Il Comune di Milano e Milano Ristorazione sono partner del progetto europeo **School Food 4 Change**, per innovare insieme ad altre 19 città europee gli approcci educativi del servizio di refezione scolastica
Maggiori info: **www.schoolfood4change.eu**

Hanno contribuito alla realizzazione di questo report
per il Comune di Milano: Andrea Magarini, Cristina Sossan, Chiara Mandelli, Ettore Petrasso, Elisa Porreca
per Milano Ristorazione: Valentina Franco, Elena Fucile, Alessandra Bini

Si ringrazia il personale didattico della Cascina Battivacco per la realizzazione del video "Costruiamo il Barbarisotto"

Gennaio 2024 per citare questo documento: *Comune di Milano (2024), "Green Food Week 2024", Milano.*

I contenuti di questo report, non rappresentano il punto di vista ufficiale delle istituzioni, soggetti e attori a vario titolo citati. Il Comune di Milano e Milano Ristorazione, nonchè il personale che ha contribuito alla redazione del presente report, non sono responsabili dell'accuratezza delle informazioni e dei dati citati.

Animate la vostra curiosità con i menu della refezione

Carissime e carissimi,

il documento che avete tra le mani vuole stuzzicare la vostra creatività nel trasformare il momento del pasto in un'occasione educativa a tutto tondo.

L'associazione FoodInsider ogni anno ci propone, nell'ambito della Green Food Week, una giornata tematica per celebrare la mensa scolastica, con un menu speciale sano e sostenibile: quest'anno sarà l'8 febbraio.
Abbiamo pensato di inviarvi il materiale che trovate nelle prossime pagine sia per raccontarvi il menu della giornata sia per condividere insieme a voi alcuni spunti di attività educative e didattiche che, se vorrete, potrete proporre ad alunni e alunne.

I contenuti sono stati preparati dalle persone che lavorano negli uffici della Direzione Educazione del Comune di Milano, in particolare dell'Area Food Policy e dell'Area Servizi all'Infanzia, e di Milano Ristorazione, insieme ad alcuni docenti e commissari mensa. Potranno tornare utili per coinvolgere bambini e ragazzi non solo in occasione di questa ricorrenza, ma anche tutte le volte che affronterete con loro le tematiche della sostenibilità alimentare.

A Milano ogni anno lavoriamo per innovare il nostro servizio di refezione innanzitutto mettendo passione e impegno nel progettare, cucinare, distribuire, somministrare e valutare i pasti che voi e i vostri alunni consumate ogni giorno in mensa.
E fa parte di questo grande lavoro anche la scelta di materie prime attente all'ambiente e alla salute: prodotti biologici, a filiera corta e km0 sono ormai una presenza fissa nel menu e questo ha consentito di ridurre le emissioni di CO_2e di oltre il 40% in pochi anni.

Tutte queste azioni possono diventare ancora più efficaci se diventano patrimonio comune, partendo da chi vive le scuole ogni giorno.

Ma torniamo alla novità dell'8 febbraio: il piatto forte di quest'anno sarà il barbarisotto! Un risotto con la barbabietola sperimentato con successo lo scorso novembre con 1.300 bambini (oltre il 78% di gradimento).

Con l'occasione, oltre a ringraziare voi per il supporto che darete all'iniziativa, vogliamo ringraziare anche tutto il personale di Milano Ristorazione, i cuochi e le cuoche che lavorano nelle oltre 100 cucine della città, nelle scuole e nei refettori.

Buona Green Food Week 2024 a tutti e tutte!

Anna Scavuzzo
Vicesindaco di Milano
Assessore all'Istruzione
delegata alla Food Policy

Comune di Milano

Davide Dell'Acqua
Presidente
Milano Ristorazione

MILANO RISTORAZIONE

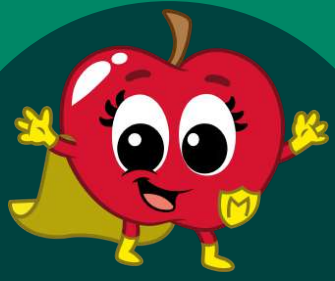
MENU SPECIALE

8 febbraio 2024 a Milano

per la Green Food Week 2024

Biologico 70%

Km0 32%



impatto ambientale per ogni alunno
0,23 KgCO2e

Frutta a Metà Mattina - 16.000 alunni

per le scuole primarie aderenti a Frutta Metà Mattina

Mela fresca, biologica e di stagione

CO2e 7% BIO 100%

Pranzo in refettorio - 64.600 alunni

impatto ambientale del pranzo per ogni alunno
2,34 KgCO2e
calcolato sulle grammature della primaria

Barbarisotto (risotto alla barbabietola)

CO2e 22% BIO 12%

Polpette con soia biologica

CO2e 25% BIO 41%

Carote julienne biologiche

CO2e 6% BIO 100%

Mela fresca, biologica e di stagione

CO2e 7% BIO 100%

Pane a km0 con farina biologica

CO2e 6% BIO 100%

Merenda pomeriggio - 6.300 alunni con rientro

Yogurt naturale a filiera corta e Km0 in barattolino di carta

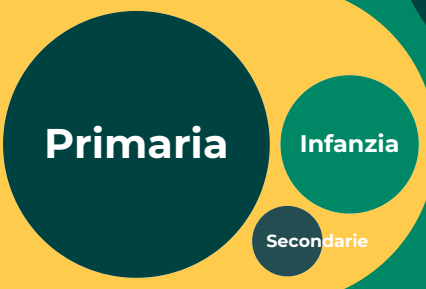
CO2e 34% BIO 0%

impatto ambientale per ogni alunno
1,19 KgCO2e

L'impatto complessivo del menu scolastico nella giornata Green Food Week è

140 TonCO2e

contro una media di 222 TonCO2e del menu ordinario



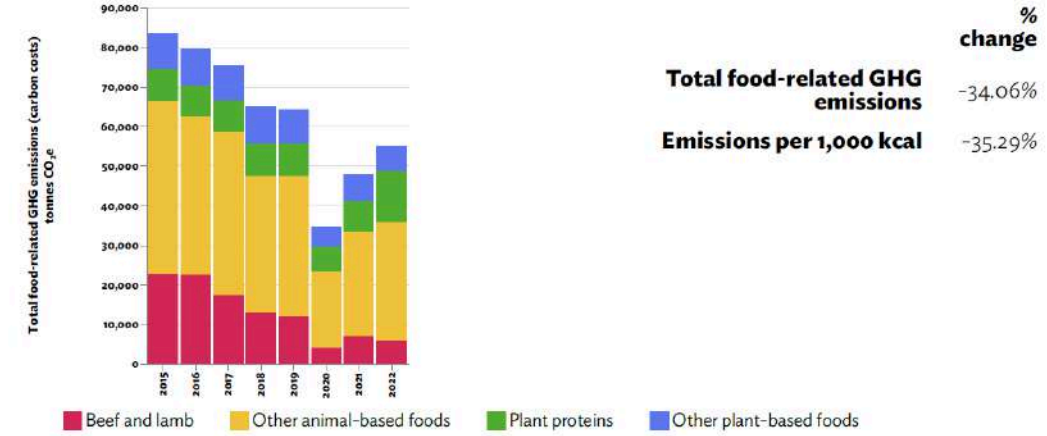
NOTE E FONTE DATI:
I dati sull'impatto ambientale del menu sono calcolati dal **World Research Institute (2024)**, tramite il calcolatore dell'iniziativa **Cool Food Pledge** alla quale il Comune di Milano partecipa con Milano Ristorazinoe dal 2018.
I dati percentuali di biologico e km0 sono calcolati sulla grammatura complessiva o del singolo piatto.

MILANO E L'IMPATTO AMBIENTALE DELLA REFEZIONE SCOLASTICA

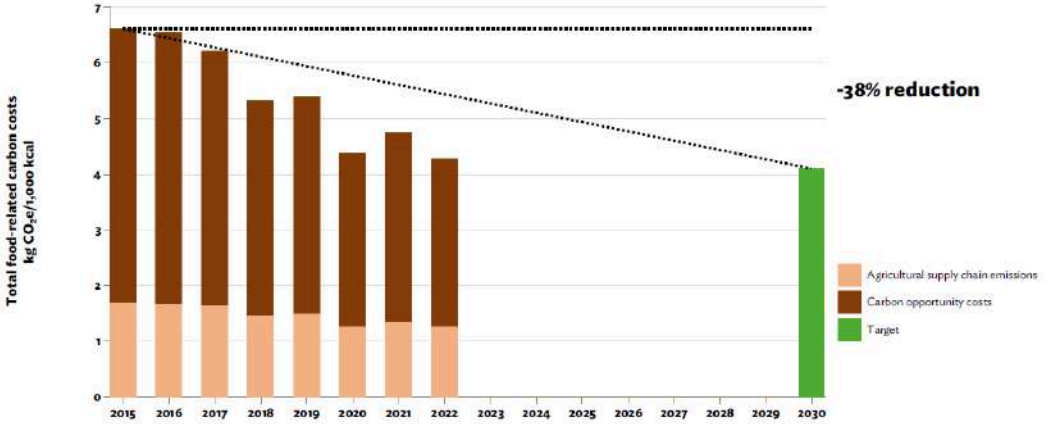
Il Comune di Milano aderisce all'iniziativa **Cool Food Pledge**, promossa dal centro di ricerca internazionale **World Resources Institute**, che da alcuni anni coinvolge il settore pubblico e privato nel monitoraggio dell'impatto ambientale dei menù della ristorazione collettiva.
Milano, insieme ad altre citta internazionali come Copenhagen, Madrid, Ghent, New York, Washington DC e Toronto, partecipa all'iniziativa valutando i risultati dei graduali cambiamenti apportati ai menù dal 2015 ad oggi, in particolare riguardanti la promozione di proteine di origine vegetale, attraverso l'introduzione di maggiori verdure e legumi.

Milano Ristorazione ha sviluppato un cambiamento negli acquisiti delle materie prime che ha portato, nel periodo 2015 - 2022, ad una diminuzione di -34% delle emissioni di CO2 equivalente, mantenendo standard di salute e qualità molto alti. Questi i dati progressivi.

Totale delle emissioni degli acquisti (2015-22)



Progresso relativo per ogni 1000 kcal cucinate



RICETTA PER I GENITORI: IL BARBARISOTTO

Cari genitori, nella giornata dell'8 febbraio, durante la Green Food Week 2024, il Comune di Milano e Milano Ristorazione hanno ideato un menu speciale, composto da una ricetta progettata proprio per questa giornata: un risotto rosa, ottenuto con la barbabietola e chiamato "Barbarisotto".
Lo scorso novembre lo abbiamo sperimentato con 1.300 bambini ed è stato apprezzato, con oltre il 78% di gradimento.
Qui trovate la ricetta che potreste cucinare con i vostri figli, continuando nelle attività che insegnanti ed educatrici hanno sviluppato per loro nelle scuole di Milano.

Impatto ambientale: 0,53 KgCO2e/piatto

Il Barbarisotto è un piatto a basso impatto ambientale, dal 2015 monitoriamo l'impatto degli acquisti delle mense scolastiche, progettando (anno dopo anno) migliori performance e filiere.
Tutto il riso del barbarisotto servito nelle mense proviene infatti da un'azienda agricola presente a Milano.

La barbabietola è ricca di **sali minerali e fibre**. Contiene composti bioattivi con impatto benefico sulla **salute**. Le sue molecole, assieme ai composti fenolici, **proteggono** nei confronti delle malattie **cardiovascolari**.

Ingredienti per 4 persone

- 320 grammi di riso
- 96 grammi di barbabietola lessata
- 1 carota fresca e 1/2 di cipolla per il brodo
- 1/2 costa di sedano fresco
- 1/8 estratto vegetale da cucina
- 1/4 cipolla per il soffritto
- parmigiano reggiano
- olio extravergine di oliva
- sale

Preparazione

Sciacquate il riso in una ciotola di acqua fresca, scolate e lasciate riposare.
Lavate il sedano fresco, sbucciate le carote e le cipolle per la preparazione del brodo, unite il dado vegetale.
Tagliare a pezzi le barbabietole, frullatele aggiungendo il liquido se presente e una parte del brodo.
Con il quarto di cipolla tritata preparate il soffritto e aggiungete il riso, tostatelo per poi bagnare con il brodo aggiungendolo quando necessario durante la cottura.
A metà cottura aggiungete il frullato di barbabietola e continuate a cuocere, mescolando ti tanto in tanto.
Lasciate il riso al dente e mantecate con parmigiano reggiano.
Per controllare la preparazione assaggiatelo con i vostri figli, chiedetegli se sia buono come quello mangiato a scuola l'8 febbraio.

Lo avrete certamente cucinato con tutta la passione che anche i nostri cuochi mettono ogni giorno per preparare 83.000 pasti per i vostri figli, buon appetito!

Comune di Milano

MILANO RISTORAZIONE

RICETTA PER I GENITORI: POLPETTE DI SOIA

Cari genitori, nella giornata dell'8 febbraio, durante la Green Food Week 2024, il Comune di Milano e Milano Ristorazione hanno ideato un menu speciale, composto da ricette sane e sostenibili. Tra queste le polpette con soia, un piatto sano e sostenibile, non sempre apprezzato dai bambini.
Abbiamo proposto agli insegnanti di parlare della soia e delle sue proprietà nutrizionali e ambientali.
Potreste continuare questa attività a casa, come? Cucinando con i vostri figli, qui trovate la ricetta originale di Milano Ristorazione.

Impatto ambientale: 0,89 KgCO2e/piatto

Le polpette di soia sono un piatto a basso impatto ambientale, dal 2015 monitoriamo l'impatto degli acquisti delle mense scolastiche, progettando (anno dopo anno) migliori performance e filiere.

La soia è al primo posto tra i **legumi** non solo per il suo **contenuto proteico**, ma per la sua composizione in aminoacidi essenziali, è ricca di **minerali** e di **vitamine.**

Ricetta per 16 polpette

- 140 grammi di patate lessate
- 100 grammi fiocchi di soia
- 80 grammi di Parmigiano Reggiano
- 60 grammi di pane grattuggiato
- 1 carota e 1/4 di cipolla
- 1 cucchiaio d'olio extravergine
- 1 piccola costa di sedano
- 1 uovo
- rosmarino e sale

Preparazione

Mettere in ammollo i fiocchi di soia in un contenitore con acqua calda per 20 minuti, quindi scolare.
Lavare il rosmarino e tritare insieme al sale, quindi riporre in un contenitore.
Far imbiondire cipolle, sedano e carote in olio extravergine di oliva in una padella.
Aggiungere i fiocchi di soia reidratati, il mix di sale e rosmarino e lasciare cuocere per 15 minuti.
Schiacciare le patate lessate.
Aggiungere al soffritto le patate tritate, il pane grattugiato, il Parmigiano grattugiato e l'uovo.
Amalgamare gli ingredienti.
Formare le polpette con l'impasto ottenuto.
Cuocere in forno a 180°C per 20 minuti su carta da forno.

Ora non vi resta che gustarle!

Comune di Milano

MILANO RISTORAZIONE

SPUNTI DIDATTICI PER LE SCUOLE PRIMARIE

In queste pagine trovate la presentazione degli ingredienti e alimenti che caratterizzano il menù speciale dell'8 febbraio.

Vi proponiamo alcuni **spunti sulle materie** che affrontate ogni giorno, per poter parlare con gli alunni/e delle caratteristiche fisiche, delle proprietà nutrizionali, della provenienza degli alimenti del menù speciale dell'8 febbraio:
riso, barbabietola, carota e mela.
Provando anche a giocare con i numeri.

All'inizio dell'opuscolo trovate inoltre **due ricette**, da condividere con i genitori per continuare a casa, con i bambini, il percorso di conoscenza e promozione di sane abitudini alimentari.

Abbiamo proposto diversi spunti per le diverse età delle Primarie, a voi la creatività di adattarli alle vostre classi. Per i bambini delle classi prime, riproponiamo il **memory degli ingredienti**, che era stato apprezzato nei libretti degli anni scorsi.

Siamo curiosi di raccogliere le vostre opinioni su queste risorse, sull'impatto percepito dagli alunni e su consigli per prossime iniziative simili, abbiamo preparato questo sondaggio:
https://forms.office.com/e/aJSgf2wkDy

PRESENTAZIONE DEGLI ALIMENTI

INSEGNANTI DI SCIENZE, STORIA, MATEMATICA, GEOGRAFIA

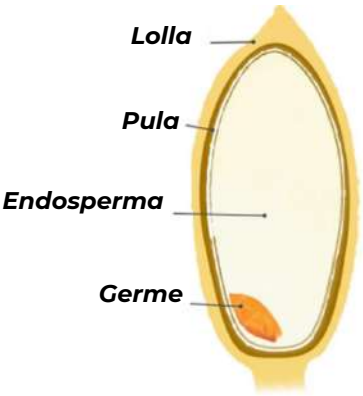
Riso da filiera corta e km0

Che tipologia di riso è servita nelle mense di Milano?

Il riso utilizzato da Milano Ristorazione è ***Ribe parboiled*** «Chicco d'Oro» coltivato nella Cascina Battivacco di Milano, nel quartiere Barona. Il Ribe è una varietà di riso con chicco di media grandezza, dalla caratteristica forma oblunga e tondeggiante.
Il processo di **parboilizzazione**, uno dei più antichi della storia, consistente in un trattamento termico associato all'aumento di pressione sul riso ancora rivestito dagli strati più esterni e permette di mantenere la giusta consistenza in cottura ma soprattutto permette di conservare il contenuto in micronutrienti, che «transitano» nella porzione più interna del chicco.
Il riso è inoltre ricco di **vitamine del gruppo B** e contiene: fosforo, potassio, calcio, magnesio e sodio.

Quali sono le parti di un chicco di riso?

- **Lolla**, è la parte che riveste il riso appena raccolto. Ha più strati ed è di colore tendente al marrone o giallo; costituisce il 20% del peso totale.
- **Pula**, è uno strato che ricopre il chicco sotto la lolla ed è ricco di elementi nutritivi e proteine.
- **Endosperma**, è circa l'80% del chicco, è uno strato chiamato anche albume ricco di proteine, di vitamine e di amido.
- **Embrione o Germe**, l'embrione è contenuto in ogni chicco perché da esso si possa generare una nuova pianta di riso.



MATEMATICA: Un piccolo problema da risolvere...

Il cuoco di Milano Ristorazione ha dimenticato la ricetta del barbarisotto per il menù speciale della Green Food Week.
In ogni classe ci sono **25 bambini** e per una ricetta perfetta servono: 80 gr di **riso**, 20 gr di **barbabietola** per ciascun piatto.
Quanto riso dovrà versare in pentola il cuoco e quanta barbabietola per una sola classe?

L'insegnante si accorge che 5 bambini non sono presenti in classe, e lo comunica alla cucina di Milano Ristorazione.
Adesso quanto riso e quanta barbabietola dovrà prendere dalla dispensa il nostro cuoco?

Barbabietola

SCIENZE E SALUTE

La barbabietola rossa, nome scientifico ***Beta vulgaris*** (variante: rapa forma rubra) è un ortaggio appartenente alla famiglia delle *chenopodiaceae*, ricco di sali minerali e fibre.
Contiene **composti bioattivi** che meritano di essere citati per il loro probabile impatto benefico sulla salute. La radice deve il suo caratteristico **colore rosso** ad un gruppo di pigmenti che fanno parte di una classe di composti chiamati betalaine.
Diversi studi hanno fatto emergere come queste molecole, assieme ad altri composti fenolici, possano esercitare effetti protettivi nei confronti delle **malattie cardiovascolari**.
Differenti tipi di barbabietola vengono coltivati per usi diversi: per lo zucchero (es. barbabietola da zucchero), come ortaggio a foglia (bietole), o come tubero, quello del nostro risotto (barbabietola da tavola)

Polpette di soia biologica

SCIENZE, SALUTE E STORIA

La soia, ***Glycine max***, appartiene alla famiglia delle *leguminose* (come fagioli, ceci e lenticchie) ed è al primo posto tra i **legumi** non solo per il suo contenuto proteico, ma soprattutto per la sua composizione in **aminoacidi essenziali**, oltre che per la quantità di lipidi «insaturi», ovvero dei grassi buoni. È altresì ricca di **minerali** (es. calcio) e **vitamine** (in particolare del gruppo B).

Per la ricetta del menù dell'8 febbraio, viene usato il **granulare di soia biologica**, cioè soia ottenuta attraverso una agricoltura che applica un disciplinare di produzione strettamente controllato, basato sull'adozione di sistemi di lotta agli infestanti del regno animale e vegetale a basso impatto ambientale, riducendo severamente l'uso gli agrofarmaci sia in campo che dopo la raccolta.

La soia è una **pianta erbacea annuale** che si raccoglie in estate. Può crescere in altezza oppure a cespuglio, ed è coperta da peli bruni o grigi. I frutti sono baccelli pelosi, appiattiti e penduli. Ognuno contiene 3-4 semi tondeggianti. Il colore varia dal giallo al bruno, dal verdognolo al nero.

La soia ebbe origine in **estremo oriente**, in Cina circa cinquemila anni fa e venne introdotta in Francia e in Italia tra il 1700 e il 1800.

Pochi bambini riescono ad associare una **forma alla soia**, si potrebbe proporre loro un'attività per presentargli questo ingrediente.

Le **polpette di soia** sono un piatto **molto sano e sostenibile**, anche se meno popolare di altri. Conoscere l'ingrediente di base potrebbe aiutare ad apprezzarlo..

Carote julienne biologiche

SCIENZE, SALUTE E STORIA
Le carote sono le radici di ***Daucus carota***, specie appartenete alla famiglia delle *ombrellifere* (*Apiaceae*). Il loro consumo può aiutare a proteggere la salute, poiché ricche di **beta-carotene**, a partire dal quale in nostro organismo è in grado di sintetizzare la **vitamina A** (importante per la salute di ossa e pelle, nonché per il corretto funzionamento della funzione visiva).
L'aggiunta dell'**olio extravergine d'oliva** permette l'assorbimento di questo composto, poiché essendo liposolubile è necessario che questo si disciolga in una matrice grassa.

Le carote servite da Milano Ristorazione sono **biologiche**, cioè ottenute attraverso un tipo di agricoltura che applica un disciplinare di produzione strettamente controllato basato sull'adozione di sistemi di lotta agli infestanti del regno animale e vegetale a basso impatto ambientale, riducendo severamente l'uso gli agrofarmaci sia in campo che in post raccolta.

In origine la carota era di **colore viola scuro** e fu portata in Europa dagli **Arabi** che la piantarono in **Spagna** nel 1100 circa. In Italia si diffuse nel 1200 e così poi in altri paesi. Dal 1600 in poi però la carota arancione però comincia a diffondersi molto di più in occidente*.

Mela biologica

SCIENZE E SALUTE
La mela è il frutto di alberi appartenenti alla specie ***Malus domestica***, una *rosacea* **originaria dell'Est dell'Europa** e dell'Asia sudoccidentale oggi diffusa nella maggior parte delle aree temperate del pianeta.
Una componente importante della mela è rappresentata dalla **fibra**, in buona parte contenuta nella buccia, che perciò non andrebbe eliminata ma consumata previo lavaggio con acqua corrente e asciugata. È ricca di acqua, fibre e nutrienti essenziali come la **vitamina C** e il **potassio**. Può ridurre l'assorbimento del colesterolo "cattivo", abbassare i livelli di glucosio nel sangue e ridurre il rischio di malattie cardiache, oltre a promuovere la salute della flora batterica intestinale.
Le mele servite da Milano Ristorazione sono **biologiche** e provenienti dal Trentino Alto Adige.

BOX - Guardiamo e osserviamo le forme geometriche e non solo

Osservare simmetrie e imparare le forme con frutta e verdura può essere molto divertente, ed è un'attività che può essere fatta in classe anche con la frutta del programma **"Frutta a Metà Mattina"**.
Tagliate la mela in senso verticale mettete le due metà a confronto e potrete vedere insieme ai bambini che difficilmente esse sono uguali. La posizione dei semi, la forma, la grandezza dei semi.
Confrontando diversi frutti tagliati a metà, si potrebbe osservare le forme descrivendone le geometrie.

Pane con farine biologiche

SCIENZE, SALUTE, STORIA e GEOGRAFIA
Il pane da 30g servito alle scuole da Milano Ristorazione viene prodotto con pochi e **semplici ingredienti**: farina di grano tenero tipo «0» biologica, acqua, lievito, farina di grano maltato, sale.
Viene prodotto quotidianamente dal **panificio di Assago** che prepara anche le focacce delle merende, i crostini e il pan grattato usato per le nostre ricette.
La farina usata nella giornata della Green Food Week è **biologica**, e viene ottenuta da un mulino a **Lecco**, che a sua volta ha ricevuto il grano degli agricoltori di **Vercelli**.
Il pane fornisce al nostro organismo **carboidrati** che vengono trasformati in glucosio che diventa energia per il cervello e per i muscoli. Inoltre riduce l'appetito grazie al suo alto potere saziante.
Secondo molti esperti la **storia della civiltà umana** è stata accompagnata dalla presenza del pane. Questo alimento ha rappresentato nei secoli la base dell'alimentazione in Europa, e spesso il controllo dei forni comuni era associato al potere e la mancanza di acceso al pane è stato nel tempo l'origine di sommosse e rivoluzioni.
Si pensa che in Occidente, i primi a scoprire diverse forme di lievitazione del pane siano stati gli Egizi e poi la pratica si diffuse anche nella società greca e in quella romana.

Yogurt da filiera corta e km0

SCIENZE, SALUTE, GEOGRAFIA, STORIA e STORIA LOCALE
Lo yogurt della Cascina Campazzo viene prodotto da **60 bovine da latte** (razza frisona italiana e Jersey) alimentate dal foraggio dei 40 ettari della cascina, tra questi 6 ettari sono condotti a **Marcita**, un'antica tecnica colturale milanese sviluppata nel medioevo.
La Cascina Campazzo, di proprietà del Comune di Milano, è una delle meglio conservate tra le 16 cascine in capo all'**Unità Agricoltura** dell'Area Food Policy

Lo **yogurt bianco** che si ottiene è intero, naturale, senza zuccheri aggiunti, dal gusto pieno ed intenso, molto cremoso e a bassa acidità. La storia più accreditata sull'origine dello yogurt racconta di un **pastore turco** in cammino nel Caucaso intorno al **5000 a.C.** che porta con sé del latte per dissetarsi lungo il tragitto. Lo conserva in un otre ricavato dallo stomaco delle capre che alleva. I batteri presenti nell'otre e le temperature elevate fanno il resto, e quando l'uomo si prova a bere non trova più latte ma un alimento cremoso, nuovo, con un gusto acidulo.

Ancora più interessante è l'introduzione in Italia dello yogurt, perché legata a Milano. Nel secondo dopoguerra si assiste a un generale aumento del consumo di yogurt, che acquista la reputazione di alimento sano. In Italia lo yogurt arriva quindi nel **1947**, quando Lumir "Leo" Vesely, di origini ceche, rileva lo stabilimento della **Latteria Comunale di Milano** e fonda la "fabbrica dello yogurt". Vesely era un dipendente del Comune di Milano e si occupava di sperimentazioni sul latte vaccino, razionato nel dopo-guerra.

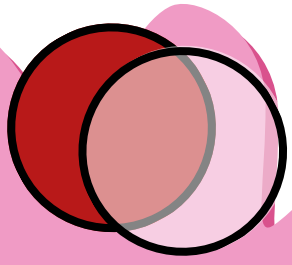
Si lavorò per trovare un modo per **conservare il latte più a lungo** e per renderlo adatto all'alimentazione degli orfani di guerra. Nacque così un prodotto innovativo: non uno yogurt compatto, come si usava allora, ma cremoso. Questo processo dà il nome al marchio con cui il prodotto di Vesely viene messo in commercio: YOMO, che significa appunto Yogurt a coagulo OMOgeneo.

IL COLORE ROSA DEL BARBARISOTTO

INSEGNANTI DI ITALIANO, STORIA, ARTE E IMMAGINE

Perchè chiediamo il vostro aiuto

Il rosa del barbarisotto potrebbe stupire alcuni bambini, facendogli associare il rosa ad un colore innaturale rispetto alla loro classica percezione di un risotto.
A tal fine, vi proponiamo di anticipare in classe **un'attività preparatoria al colore rosa**.
Se preparati bene i vostri alunni coglieranno il valore di questo aspetto. Ci aiutate?



Come si ottiene?

Una sintesi tra il rosso e il bianco...
Ma con una punta di giallo si otteiene il fucsia.
Dal punto di vista artistico viene considerato un colore caldo.

Il rosa nello sport

Nel ciclismo il colore rosa è associato al **leader** della classifica del **Giro d'Italia**, che indossa l'ambìta **Maglia rosa**.
La sua origine risale al 1908, al colore della carta del giornale sportivo **La Gazzetta dello Sport**, sponsor del Giro d'Italia.

E il nostro Barbarisotto?

Lo abbiamo sviluppato e poi testato il **14 novembre 2023** nel Centro Cucina **Val D'Intelvi**, proponendolo a 1.300 bambini ed è **piaciuto a circa l'80%**.
Dopo questa gioranata della Green Food Week 2024 lo inseriremo anche nel prossimo Menu Estivo, ma chiediamo il vostro aiuto per trasformare questo piatto in un'occasione educativa.

Il rosa nella storia dei vestiti

Oggi è considerato il colore femminile.
Nella storia però era ben diverso, il rosa era utilizzato per gli abiti dei maschi, mentre il blu era il colore per gli abiti femminili.
Negli anni '30 del 1900 gli **uomini** iniziarono a vestire prevalentemente abiti scuri, per acquisire più serietà e professionalità. Mentre le **donne** iniziavano a vestire degli abiti chiari più familiari.

Significato del colore rosa

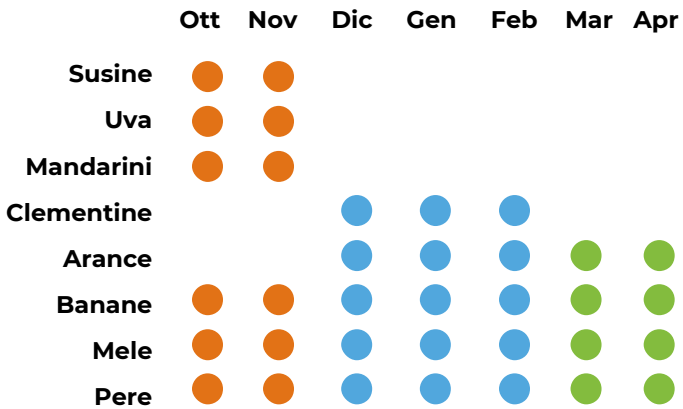
Il rosa è il simbolo della **speranza**.
Si tratta di un **colore estremamente positivo** che incute sicurezza e ottimismo.
Le tonalità più morbide trasmettono **dolcezza e cordialità**. I toni più intensi e fluorescenti, conferiscono grande **energia e carattere**.

FRUTTA FRESCA E DI STAGIONE

INSEGNANTI DI SCIENZE

2.120 Kg all'anno di frutta di stagione

Per la fornitura della frutta Milano Ristorazione seleziona fornitori che propongono frutta fresca, di qualità biologica e di stagione, questo il calendario e le origini



Origine

Italia

Mele
Pere
Susine
Uva
Mandarino

Italia
Spagna

Arance
Clementine
Pere

Ecuador

Banane

Qualità Biologico

Arance
Mandarini
Clementine
Banane
Mele
Pere
Uva

Produzione Integrata

Susine

Promozione della biodiversità

Per incrementare la biodiversità nella frutta vengono selezionate 26 varietà differenti di cultivar.

Arance

Navel
Tarocco
Washington
Valencia
Ovale

Pere

Abate
Conference
William
Angelys
Kaiser

Uva

Italia
Vittoria
Palieri
Red Globe
Regina

Mele

Golden Delicius
Red Delicius
Stark Delicius
Royal Gala

8 **Tipologie di frutta**

26 **Varietà di cultivar**

Clementine

Hernandina
Comune
Oronules

Susine

Angeleno
Fortune

Mandarini

Miyagawa

Banane

Cavendish

GEOGRAFIA DEGLI INGREDIENTI

INSEGNANTI DI GEOGRAFIA

Nella mappa gli ingredienti
del menu della Green Food Week!

69 fornitori alimentari

Milano Ristorazione nel 2023 ha acquistato 9.767 tonnellate di materie prime, selezionando 69 fornitori, per un valore complessivo di quasi 26 milioni di euro.
Tra questi, 18 fornitori sono a chilometro zero, mentre 8 sono filiere corte.
Scopri tutte le informazioni sulle materie prime sul sito di Milano Ristorazione nella “tabella delle materie prime”.

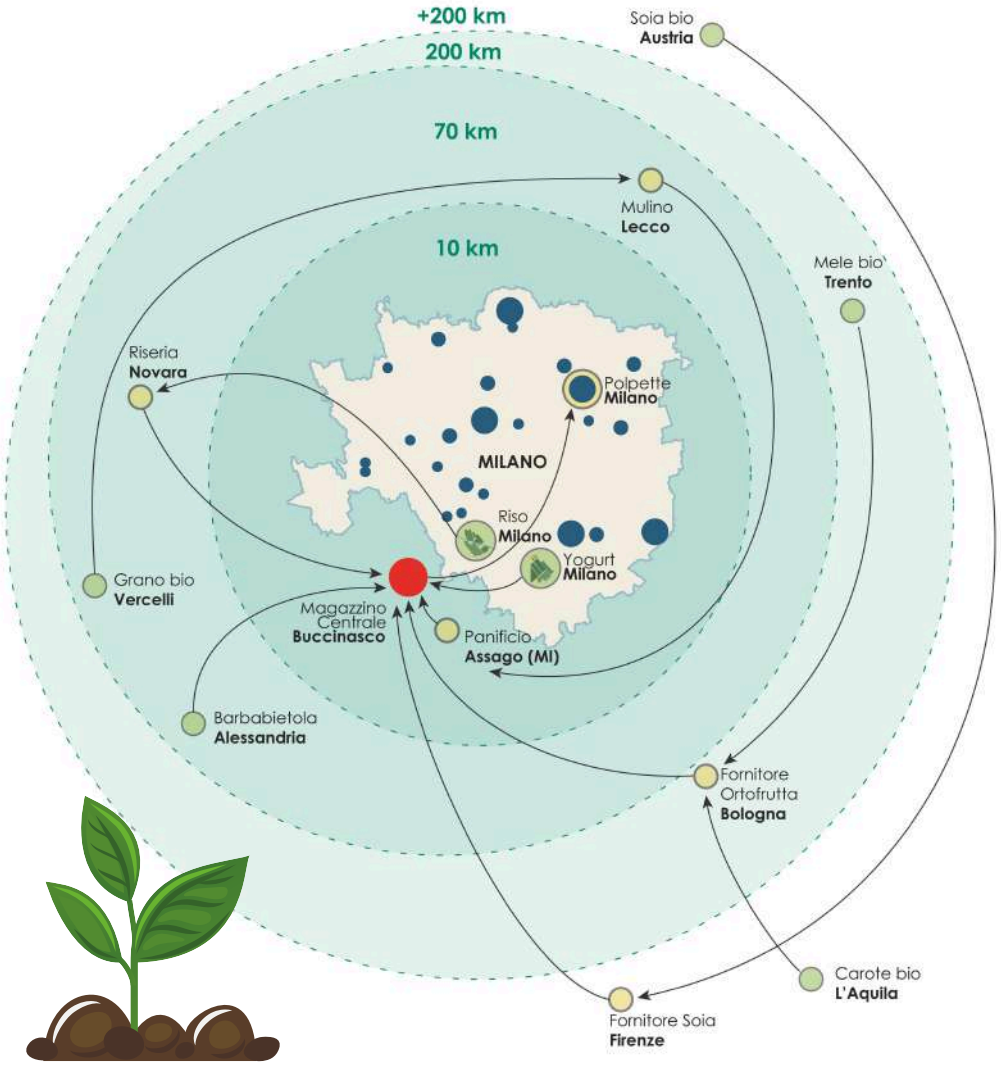
Tabella materie prime

GEOGRAFIA DEGLI INGREDIENTI

INSEGNANTI DI GEOGRAFIA

Una filiera da ricostruire

Il menu dell'8 febbraio è progettato con filiere accorciate, produttori agricoli all'interno del Comune di Milano, o in un raggio di meno di 70km per la produzione del pane, il cui grano biologico viene coltivato a Vercelli, trasformato in farina biologica nel mulino a Lecco e panificato ad Assago alle porte di Milano.
Tutte le materie prime di Milano Ristorazione sono disponibili nel link sotto.



https://www.milanoristorazione.it/informazioni-materie-prime
https://www.milanoristorazione.it/scopri-la-tua-cucina

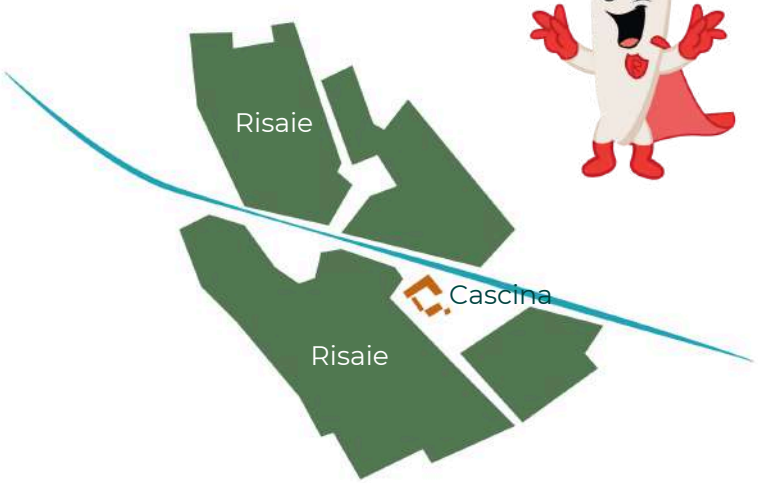
GEOGRAFIA DEGLI INGREDIENTI

INSEGNANTI DI GEOGRAFIA

2 Cascine milanesi tra i fornitori di Milano Ristorazione

Aprendo Google Earth ed inserendo le coordinate indicate compariranno le due cascine presenti a Milano dove vengono coltivate e prodotte due delle materie prime della Green Food Week. In questa scheda alcune indicazioni per un racconto in classe.

45°25'45" N 9°08'36" E



Riso: Cascina Battivacco

Dal 2016 è fornitore di riso per Milano Ristorazione e i terreni coltivati a risicole sono circa **180 ettari** nel quartiere **Barona**.
Da qui il riso viene trasportato a **Novara** in una riseria che "parboilizza" il riso per poi trasportarlo nel Magazzino Centrale di Milano Ristorazione a **Buccinasco**.
La cascina per irrigare le sue risaie, utilizza l'acqua che arriva dal Naviglio Grande tramite la roggia Bartolomea.

45°25'36" N 9°10'54" E

Yogurt: Cascina Campazzo

La Cascina Campazzo si trova all'ingresso del **Parco del Ticinello**, raggiungibile in Metropolitana ad Abbiategrasso M2 e a 4 km dal Duomo.
La cascina è di proprietà del Comune di Milano ed è gestita in affittanza dall'Azienda Agricola Fratelli Falappi.
È una tipica cascina lombarda con aia centrale.
Lo yogurt viene prodotto con il latte dei **60 bovine da latte**, lavorato entro un'ora dalla mungitura. Le vacche sono alimentate anche con l'erba coltivata nei **6 ettari di marcita** dell'azienda.

www.earth.google.com
www.parcodelticinello.it
www.cascinacampazzo.it

COME SI CUCINA UN PASTO

INSEGNANTI DI TECNOLOGIA

24 Centri Cucina

Le materie prime vengono ricevute nel magazzino centrale a Buccinasco per poi essere trasportate nelle 24 cucine.
Scoprite la vostra cucina nel link.
https://www.milanoristorazione.it/scopri-la-tua-cucina

Centro Cucina Via Quaranta

In questi due video abbiamo descritto come funziona una cucina di Milano Ristorazione,, dall'attività produttiva (che inizia prima dell'alba), agli aspetti tecnologici.

Il Centro Cucina di Via Quaranta, dopo una completa ristrutturazione è tornato operativo nel 2022 ed è un esempio di tecnologia al servizio dei pasti e della sostenibilità. In questo video potrete scoprire tutte le caratteristiche tecniche di questa struttura.

Descrizione produzione dei pasti

Descrizione aspetti tecnologici

Sul canale youtube di Milano RIstorazione troverete anche altri video sulle cucine **Ravenna, Balsamo Crivelli, Sammartini, Della Giustizia, Dora Baltea, Colleoni.**

YOGURTIFICIO CASCINA CAMPAZZO

RISORSE VIDEO

Una Cascina, un Parco e uno Yogurt

Questa cascina, di proprietà del Comune di Milano, è il cuore del **Parco del Ticinello**, un'area verde di 88 ettari ricco di percorsi, agricoltura, didattica, siepi e filari.
Vi proponiamo il video racconto del ruolo dell'agricoltura a Milano e del progetto "Mater Alimenta Urbes" che ha consentito la realizzazione dello **yogurtificio** della Cascina Campazzo.

Cascina Campazzo

È una tipica cascina lombarda a corte chiusa, con tutti gli edifici disposti intorno ad un'aia centrale. Dal 1952 nella cascina vive la famiglia Falappi, che gestisce l'omonima Azienda Agricola che coltiva foraggio per l'alimentazione di 60 bovini da latte. Qui è ancora attiva **una delle ultime cinque Marcite di Milano**, una pratica di origine medievale in agricoltura.

Nel 2019 la Cascina Campazzo insieme ad altri 31 partner, tra cui distretti e aziende agricole, ha partecipato al **progetto "Mater Alimenta Urbes"**, ideato con il Comune di Milano, per realizzare nuove filiere corte. Lo yogurt distribuito nelle merende della Green Food Week 2024 è nato grazie al progetto e proviene da qui.

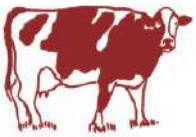
Scopri la puntata "Milano Agricola" dello Slow Tour Padano di Patrizio Roversi che presenta anche la Cascina Campazzo e la sua marcita
https://www.italiaslowtour.it/slow-tour-padano-milano/

Come contattare la cascina?
Municipio 5
300mt dalla M2 "Abbiategrasso"
Via Dudovich, 10
www.parcoticinello.it
www.cascinacampazzo.it

Come si fa lo yogurt alla Cascina Campazzo?

Pannelli divulgativi gentilmente concessi dall'Azienda Agricola Falappi.

Design e Illustrazioni di Martina Spinelli.



Il latte arriva in laboratorio appena munto, direttamente dalla stalla.
Il procedimento di trasformazione del latte in yogurt richiede molte ore, quindi si inizia la mattina presto!

Il primo macchinario alla vostra sinistra è il **CIP di lavaggio (1)**, un impianto composto da un grosso serbatoio dove viene preparata e scaldata sia la soluzione acquosa che verrà utilizzata per la sanificazione delle parti interne di tutti i macchinari, sia l'acqua per il risciacquo.

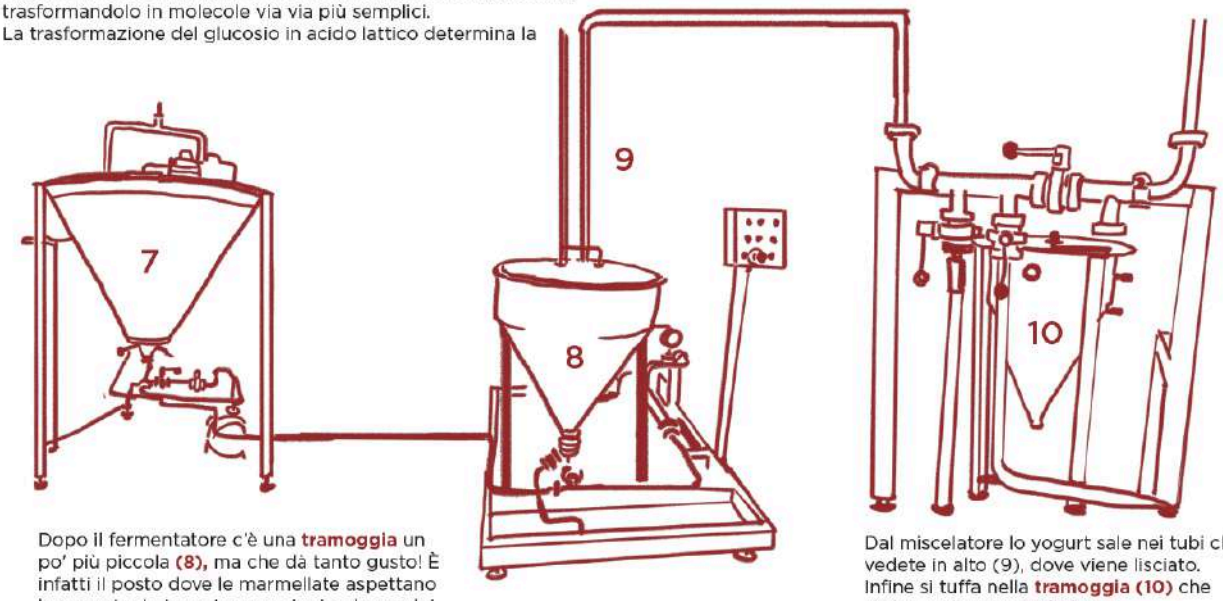
Il latte quindi non 'passa' per il CIP, ma dal **tubo** che vedete in basso all'angolo della stanza **(2)**, tramite una **pompa (3)**, viene spinto verso la **piastra termica (4)** dove viene scaldato prima della lavorazione.

Il primo importante apparecchio è **l'omogeneizzatore (5)**, che vedete di fronte a voi, dove il latte arriva ad una temperatura di circa 60° C e dove le particelle di grasso del latte vengono rotte in particelle più piccole, processo indispensabile per avere uno yogurt stabile e setoso.

Eccoci arrivati al re di tutto il laboratorio, **il fermentatore (7)**, il luogo in cui entra latte ed esce lo yogurt!
Nel fermentatore il latte viene portato ad una temperatura di più 90° C per pochi minuti, un trattamento termico chiamato alta pastorizzazione utile principalmente per diminuire la carica batterica del latte, favorendo il lavoro dei fermenti.

Dai 90° C il latte viene poi raffreddato a circa 44° C, momento in cui avviene l'azione più importante di tutta la lavorazione: l'inoculo dei fermenti Streptococcus Thermophilus e Lactobacillus Bulgaricus. Sono loro gli attori principali, grazie ai quali avviene la grande magia. Aggiunti al latte, i fermenti si cibano di lattosio e lo digeriscono, trasformandolo in molecole via via più semplici.
La trasformazione del glucosio in acido lattico determina la diminuzione del pH del latte.
L'acidità che si sviluppa nel processo, da una parte porta alla scissione delle caseine in proteine più corte, dall'altra causa una loro 'riorganizzazione' (coagulazione) in un nuovo tipo di struttura che conferisce al prodotto la sua tipica consistenza.

Ebbene sì, ecco a voi lo **YOGURT**!!!
Ma quanto dura questa fase? I fermenti per lavorare hanno bisogno di tempo e pazienza, ci mettono circa 6 ore!
Ma andiamo avanti con l'impianto!

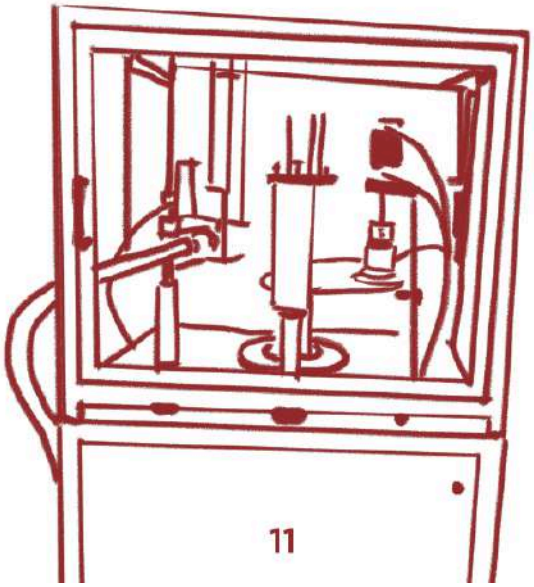


Dopo il fermentatore c'è una **tramoggia** un po' più piccola **(8)**, ma che dà tanto gusto! È infatti il posto dove le marmellate aspettano lo yogurt e lo incontrano e si miscelano a lui.

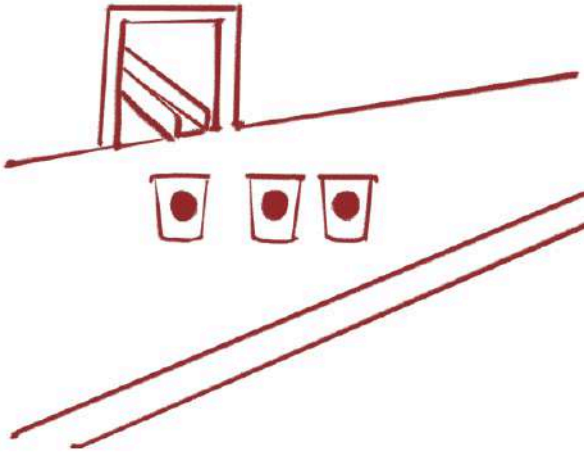
Dal miscelatore lo yogurt sale nei tubi che vedete in alto (9), dove viene lisciato. Infine si tuffa nella **tramoggia (10)** che vedete sulla parete di destra.

Comune di Milano
MILANO RISTORAZIONE

La **tramoggia (10)** raccoglie lo yogurt e lo invia all'ultima macchina: **l'invasettatrice (11).**



Se guardate tutto a sinistra potete vedere lo scivolo da cui escono i vasetti di yogurt che vengono poi stoccati nella cella frigorifera, il grosso cubo che impedisce un po' la visuale.



Abbiamo finito il viaggio del latte, che viene trasformato in yogurt, un prodotto digeribile, caratterizzato da proteine ad alto valore biologico, fonte di minerali e vitamine.

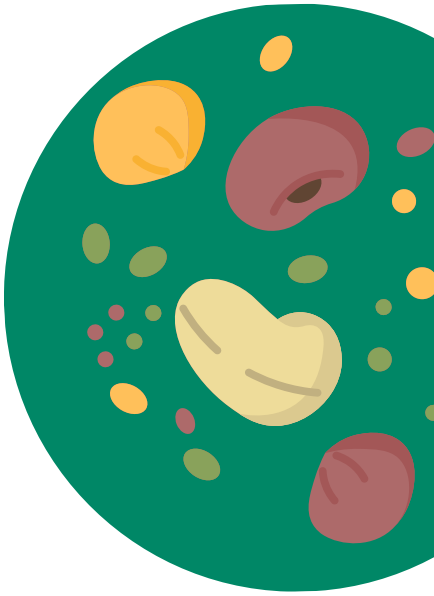
Pronti per l'assaggio?

RACCOGLIERE E CUSTODIRE I SEMI

LABORATORI IN CLASSE

Prepariamo la valigia dei semi

Se volete diventare anche esperti di semi, potete iniziare in classe a catalogare i diversi semi e preparare il vostro porta semi.
Il porta semi ideale potrà essere una semplice scatola delle scarpe che possiamo chiudere su tutti i lati e su cui fare un foro circolare nella parte superiore per far inserire i semi ai bambini,
Oppure potete costruire una bella valigetta con un laboratorio con il recupero delle scatole delle uova.



Come fare?

- prendete una confezione di uova da 6;
- colorate la parte superiore (coperchio) con colori a tempera o ricopritela con carta bianca o colorata all'esterno e all'interno;
- inserite all'interno in ciascuno spazio delle uova i vostri semi divisi così per tipologia e scrivete nella parte interna della scatola l'iniziale del seme per poter ricordare quali semi avete raccolto.

Giochiamo con le parole

Per i più grandi è il momento di giocare con le parole e con il riso possiamo cominciare con gli omonimi: parole uguali che hanno significati diversi.

Riso

Sostantivo che indica l'atto del ridere... **quante risate si fanno in 10 secondi?**

Riso

sostantivo che indica il cereale e la pianta che troverete l'8 febbraio nel pasto di tutte le Scuole dell'Infanzia della città
in ogni ricetta ci sono 50gr di riso

Sale

Voce del verbo salire **quante scale (o gradini) ci sono nella vostra scuola?**

Sale

sostantivo che indica il minerale e la pianta che troverete l'8 febbraio nel pasto di tutte le Scuole dell'Infanzia della città
in ogni ricetta ci sono 0,2gr di sale

Con quali altri omonimi si può giocare, partendo da tutte le parole del menu dell'8 febbraio? Scriveteli al nostro indirizzo **foodpolicy@comune.milano.it**

MEMORY DEGLI INGREDIENTI

SPUNTI EDUCATIVI PER LE SCUOLE DELL'INFANZIA

In questa seconda parte proponiamo degli spunti per gli educatori ed educatrici delle scuole dell'infanzia, informazioni semplici e curiose sui semi a cui è dedicato il menù speciale dell'8 febbraio.

Riso, barbabietola, carota sono al centro dell'attenzione per le loro proprietà e allora scopriamo dove nascono, quando e come crescono i semi.

All'inizio dell'opuscolo trovate inoltre due ricette, da condividere con i genitori per continuare a casa, con i bambini, il percorso di conoscenza e promozione di sane abitudini alimentari.

Inoltre abbiamo realizzato un breve video, presso la cascina di Milano da dove arriva tutto il riso che dal 2016 serviamo nei menu,
Un **videolaboratorio** per la Green Food Week con altri spunti per voi.

Siamo curiosi di raccogliere le vostre opinioni su queste risorse, sull'impatto percepito dagli alunni e su consigli per prossime iniziative simili, abbiamo preparato questo sondaggio:
https://forms.office.com/e/aJSgf2wkDy

ALLA SCOPERTA DEL RISO

IL VIAGGIO DEL SEME DEL RISO DALLA SEMINA ALLA RACCOLTA

Gli elementi

Per far crescere bene una pianta di riso è necessario partire da una "buona" **terra.** La terra ci fornisce gran parte di ciò che mangiamo e ogni seme ha bisogno del terreno giusto per sviluppare le proprie radici e la futura pianta. Bisogna quindi per prima cosa **preparare un bel "letto"** che accolga il seme in più possibile piano e livellato.
La semina del riso avviene oggi in modo un po' diverso dal passato, più velocemente, e viene preceduta dalla sommersione del terreno preparato per accogliere il seme.
L'**acqua** è quindi in secondo elemento fondamentale per garantire che il seme cresca nella terra e fuori dalla terra.
Che funzione ha la sommersione?
La funzione principale è quella di proteggere il seme dagli sbalzi termici; essa avviene riempiendo la risaia d'acqua fino a 3-5 centimetri dal suolo.
In alcuni casi la semina può avvenire anche in asciutta.

Sono il **chicco di riso** che sarà nel barbarisotto, preparato dalle cuoche e dai cuochi di Milano Ristorazione per il pranzo dell'8 febbraio in tutta la città

La semina

Il seme del riso viene quindi **immerso nell'acqua** e in 8 giorni si gonfia ed emette la "radichetta" che si allunga verso il basso ed uno stelo che si allunga verso l'alto.
A questo punto come si procede?
Si **asciuga la risaia** per permettere alla piantina di riso di radicarsi bene nel terreno.
Successivamente, il campo viene di nuovo allagato: da allora in poi, la risaia viene gestita con alcuni momenti di asciutta e altri con l'emissione di acqua con un ritmo dedicato, che permette alla pianta di crescere sana e forte.

I nemici del riso

Il seme, di solito, ospita parassiti fungini di ordine e specie diverse, che possono spesso ostacolare la germinazione del seme. Per evitare i danni e perdere il raccolto, riducendo l'azione dei funghi presenti nel terreno, è necessario trattare il seme.

La raccolta

Per raccogliere il riso maturo è necessario fare, qualche settimana prima, la fase dell'asciutta. Raccogliere nel periodo giusto è fondamentale per un avere un abbondante raccolto.
Come si raccoglie il riso?
Con una mietitrebbia e il periodo ideale è da metà settembre fino a novembre. La raccolta non avviene la mattia ma più avanti nella giornata, per farlo asciugare bene dopo l'umidità della notte.

SCOPRIAMO LA BARBABIETOLA

IL TUBERO PIU' ROSA CHE C'È!

La **barbabietola,** anche detta **rapa rossa**, (quella da orto), è un tubero che appartiene ad una famiglia con un nome molto strano: le Chenopodiacee.
La troviamo particolarmente utilizzata in Nord Italia, dove viene consumata sia cruda sia cotta, in insalata oppure in succo. La barbabietola cresce nella **terra**, e come per il riso, **l'acqua** è un 'alleata fondamentale per farla crescere bene e in salute. Senz'acqua non si può stare!
Il terreno che la ospita, deve essere profondo e senza sassi, la radice infatti deve crescere lunga e forte e non deve trovare ostacoli nel suo cammino. L'acqua deve poter scorrere ed essere facilmente raggiungibile.

Sono la **barbabietola** che sarà nel barbarisotto, preparato dalle cuoche e dai cuochi di Milano Ristorazione per il pranzo dell'8 febbraio in tutta la città

Dalle barbabietole si estrae un **colorante** totalmente naturale che viene utilizzato nell'industria alimentare ma anche per la tintura tradizionale di tessuti.

La semina

Il terreno viene preparato vangando fino a 25-30 cm di profondità, ma il seme si pianta molto più vicino alla superficie, a circa 2 cm con il terreno ben appiattito.

Quando è ideale seminare la barbabietola?

Nei mesi tra marzo e giugno a seconda del territorio in cui si coltiva. Ogni seme può dare vita, di solito, da 1 a 6 piantine e appena diventano alte 5 cm, bisogna separarle per fare spazio per farle crescere bene.
Si può anche seminare nel semenzaio e poi piantare a tutto campo.

Sapete chi sono gli amici della barbabietola?

Gli ortaggi buoni vicini della barbabietola sono: il cavolo rapa, l'insalata, i cetrioli e i fagioli nani.

Come si cura il seme?

Anche la barbabietola ha i suoi cattivi vicini, le erbacce soprattutto. Serve quindi tenere pulito l'ambiente intorno.
Per fortuna non servono particolari "aiuti" per farla crescere, ma appena arriva il germoglio, laddove siano troppi, vanno sfoltiti togliendo le piantine in eccesso.
La barbabietola ama il terreno bello umido, ma non esageriamo altrimenti, aiuto la radice affoga! Quando le vediamo diventare grandi, allora, riduciamo l'acqua.

Il raccolto

La Barbabietola si raccoglie dopo circa 2 - 3 mesi e se le vogliamo piccole, allora le raccoglieremo durante tutta l'estate altrimenti, attendiamo bene e avremo il nostro bel tubero.

ALLA SCOPERTA DELLA CAROTA

DOLCE E COLORATA, LA CAROTA È LA PIÙ AMATA

La carota è una delle verdure più amate per la sua dolcezza e versatilità, cotta, cruda, condita, scondita, a rondelle, a spaghetto, alla Julienne o intera.

Dove cresce la carota?

La carota cresce molto facilmente e si può coltivare nell'orto e sul balcone,
La carota cresce a terra, come la nostra barbabietola e il nostro riso.
E' importante scegliere un terreno adatto. Quello giusto per la carota deve essere ben drenato e ricco di sostanze nutritive.
Niente di troppo duro o compatto, l'acqua scapperebbe via e allora, addio carota.
La terra deve essere ben lavorata, come la barbabietola andiamo giù fino a 20 cm per girare e rigirare la terra e preparare lo spazio per il seme.

La semina

Il nostro seme sarà piantato vicino alla superficie ad 1 cm e se ne mettiamo tanti ricordiamoci che servono almeno 5 cm di distanza.
Il periodo di semina è ampio: tra marzo e giugno.

Quindi: terreno giusto morbido e sabbioso, innaffiare in abbondanza e tener lontani i parassiti... ogni pianta ha bisogno di cura.

Il seme delle carote germina a temperature tra i 12 ed i 20 gradi, e ha una germinazione particolarmente lenta, può impiegare anche 40 giorni a emergere.
Per questo non spaventatevi se non vedete comparire subito le giovani piantine: serve molta pazienza. Una copertura con tessuto non tessuto aiuta a scaldare e può accelerare la germinazione.

Il raccolto

Ci sono tante varietà di carota ed esse possono essere raccolte tra i 75 e i 130 giorni di periodo di coltura, circa a due mesi dalla semina.
Il diametro, quando la radice è pronta, è grande circa 1 o 2 cm.

Curiosità...
Ma il cuore ce l'hanno anche le verdure?

OH SI, **la carota ha un cuore** che è la parte più interna e la si vede solo quando è pronta e matura.
Attenzione, se si lascia troppo nel terreno, il cuore della carota si indurisce e la carota più invecchiata, può diventare legnosa e "sgradevole" al gusto.

LABORATORIO INFANZIA

SCOPRIAMO E GIOCHIAMO CON I SEMI

Vi abbiamo dato alcune informazioni sul nostro adorato seme del riso, che possiamo provare in tante forme, colori e ricette che arrivano anche a scuola.
Anche barbabietola e carota sono le protagoniste del menù speciale dell'8 febbraio e allora come possiamo preparare i bambini a conoscere meglio questi alimenti?

Quali e quante attività si possono fare osservando e giocando con gli alimenti partendo dal seme, osservandone la nascita e la crescita fino al prodotto finale?
Spazio alla fantasia e buon divertimento con alcuni piccoli suggerimenti:

1. Scrivere, creare e costruire

Fatevi ispirare e create una storia con i bambini sul riso e sugli altri semi: animatela e rappresentatela in tanti modi: dai cartelloni, ai personaggi.
Costruite anche la vostra scatola dei tesori dedicata ai semi per continuare la ricerca e continuare le scoperte.

2. Osservare e riprodurre

Prendete 4 tipi di riso ad esempio: carnaroli, parboiled, integrale e basmati e dopo averli messi in 4 ciotoline, osservate con i bimbi colore, forma e consistenza con manipolazione e travasi.
Ma i semi tutti insieme, fanno anche rumori e armonie: prendete i vostri semi (dello stesso tipo o anche diversi) costruite il vostro bastone della pioggia o le maracas tintinnanti.
Procuratevi anche un mazzetto di steli di riso e provate a sgranarli con i bimbi. Sarà un buon esercizio.

3. Sperimentare e colorare

Con barbabietola e carota potete giocare con le forme e le consistenze e gli stati: solida e tonda o appuntita se integra, morbida e liscia se con la polpa o a fette, oppure liquide con il succo e il colore.

Prendete una barbabietola o una carota e provate a fare il succo e poi colorare. Oppure potete utilizzarle per fare timbri con le loro forme o colori ma anche giocare a riprodurre le foglie

PREPARARE IN CLASSE IL BARBARISOTTO

VIDEO LABORATORIO

Creiamo il nostro piatto di risotto

Giocare con il riso può far scoprire ai bambini tanti modi per essere creativi.Vi proponiamo in questo video il laboratorio per costruire il piatto di risotto con tanti materiali e la materia prima originale da Cascina Battivacco, alle porte di Milano, proprio dove si produce il riso che viene servito sulle tavole delle scuole milanesi.

Provate e fateci sapere com'è andata!
https://youtu.be/iBFmFKjhmKg?si=jTZ7iKpT86CTpWpb

Cascina Battivacco

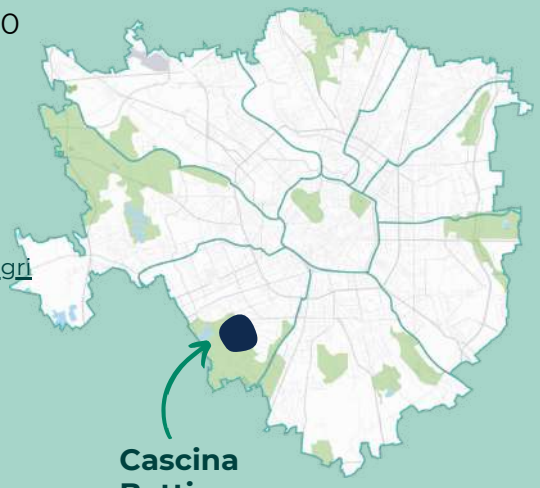
Questa cascina (già esistente nel 1100 come Monastero Battivacco) è una testimonianza rurale del quartiere "Barona", chiusa ad est ed ovest, tra il Naviglio Grande e il Naviglio Pavese.
A soli 4 km in linea d'aria dal Duomo la Cascina Battivacco, che significa "in mezzo alle acque" è (raggiungibile con la Linea M2 "Famagosta") conduce 180 ettari a riso di territorio agricolo nel Comune di Milano.

Dal **2016** tutto il riso distribuito da **Milano Ristorazione** proviene da qui, attraverso una filiera corta costruita in attuaizone dalla Food Policy di Milano.

Maggiori info
https://opencms10.cittametropolitana.mi.it/parco_agricolo_sud_milano/agricoltura/aziende_agricole/Cascina_Battivacco.html

Scopri la puntata "Milano Agricola" dello Slow Tour Padano di Patrizio Roversi che presenta anche la Cascina Battivacco
https://www.italiaslowtour.it/slow-tour-padano-milano/

Come contattare la cascina?
Municipio 6
Quartiere Barona
Via Barona 111, 20142
Telefono: 02 813 3351
info@cascinabattivacco.it



LIBRI E ALBI ILLUSTRATI

SEMI, PIANTE E IL SUSSEGUIRSI DELLE STAGIONI

Ecco qualche idea con albi illustrati sui semi e sugli alimenti che abbiamo presentato.

Il timido seme
https://www.liberweb.it/index.php?option=com_content&view=article&id=1928:il-timido-seme&catid=25&Itemid=161

Il piccolo seme
https://www.scaffalebasso.it/nicolas-michel-entre-mes-branches-hector-dexet-piccolo-seme/

E poi è primavera
https://www.ibs.it/poi-primavera-ediz-a-colori-libro-julie-fogliano-erin-e-stead/e/9788883622830?lgw_code=1122-B9788883622830&gad_source=1&gclid=CjwKCAiAtt2tBhBDEiwALZuhACXi0dtrt-9K_2hKdD0X1j6vFSBLR1myajw0rYW6npIS0QJrqg2N_RoCBkMQAvD_BwE

Storia di un piccolo seme
https://www.leoneverde.it/prodotto/storia-di-un-piccolo-seme/

L'arrivo della primavera
https://www.scaffalebasso.it/david-hockney-larrivo-della-primavera-normandia-lippocampo/

Il tempo naturale
https://www.scaffalebasso.it/pappa-ratanavanh-sul-naso-dei-cuccioli-grabill-green-un-anno-con-madre-natura/

Un seme di carota
https://www.lafeltrinelli.it/seme-di-carota-ediz-a-libro-ruth-krauss/e/9788833700731?lgw_code=50948-B9788833700731&awaid=9507&gad_source=1&gclid=CjwKCAiAtt2tBhBDEiwALZuhAF3NJ_grVVQc94i_8m0HNpeGwqoeKPVUMzIDIdOHPQaqnhiGOx7SQhoCaqcQAvD_BwE&awc=9507_1706569936_854883903e55f45ecca302fceb6205bb

Naturalisti in cucina
https://www.topipittori.it/it/catalogo/naturalisti-cucina

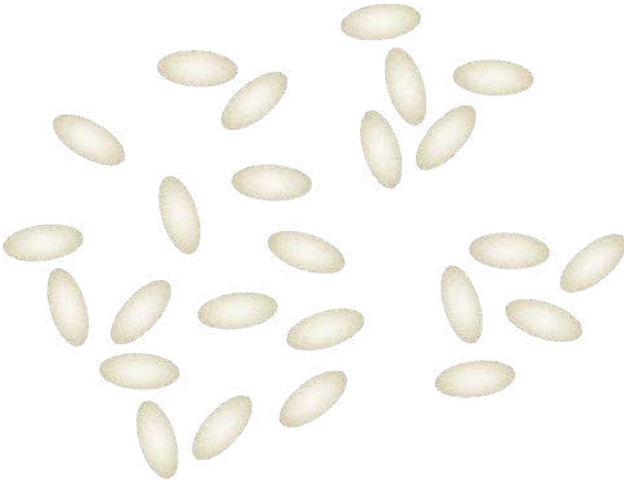
Il semino dove lo metto
https://www.terre.it/prodotto/il-semino-dove-lo-metto/

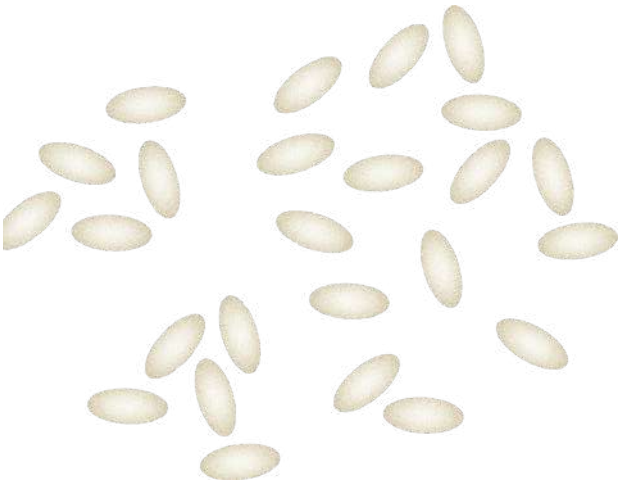
Cento semi che presero il volo
https://www.hopiedizioni.it/cento-semi-che-presero-il-volo.html

Il favoloso mondo delle piante
https://abocaedizioni.it/libri/il-favoloso-mondo-delle-piante-stefano-mancuso-philip-giordano/

Dal seme al piatto - 7
https://usborne.com/it/dal-seme-al-piatto-9781474944526

La zuppa Lepron
https://www.topipittori.it/it/catalogo/la-zuppa-lepron





IL MENU PIU' VERDE DELL'ANNO... SI TINGE DI ROSA!

milano cambia aria

La partecipazione alla Green Food Week 2024 , ci ha permesso di sperimentare la preparazione di questo materiale di approfondimento dedicato ad insegnanti ed educatori/educatrici delle scuole milanesi.

Grazie alla collaborazione con Milano Ristorazione, i menù della refezione scolastica diventano sempre più ricchi di verdure e legumi seguendo le linee guida nazionali e internazionali sulla promozione di stili alimentari sani e sostenibili.

E' grazie ad un lavoro orientato al miglioramento continuo che innovazione e sperimentazione sono possibili al servizio del benessere dei cittadini.

Si ringraziano tutte le persone delle direzioni coinvolte nel Comune di Milano e lo staff di Milano Ristorazione per la redazione del documento.

Per informazioni www.foodpolicymilano.org

Non dimenticare il questionario di valutazione per questo opuscolo, sarà utile per la progettazione delle future iniziative dell'Area Food Policy
https://forms.office.com/e/aJSgf2wkDy

Comune di Milano
Direzione Educazione
Area Food Policy
Unità Coordinamento e Controllo Milano Ristoraizone
Ufficio Partnership e Sviluppo Azioni

www.foodpolicymilano.org
foodpolicy@comune.milano.it
02.884.45694

Gennaio 2024

Comune di Milano