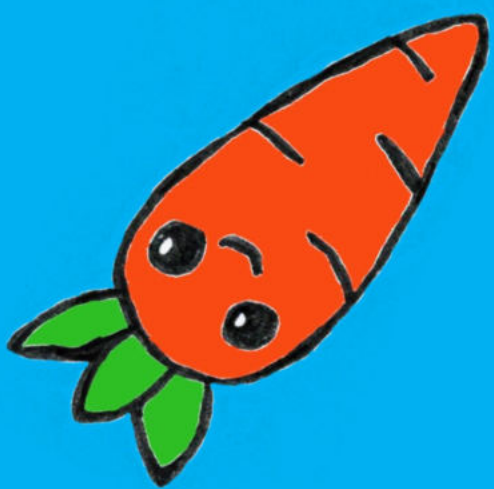
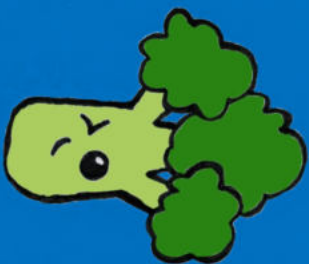




Sai qual è l'alimento più odiato dai bambini?

- A) la lasagna
- B) il broccolo
- C) l'insalata



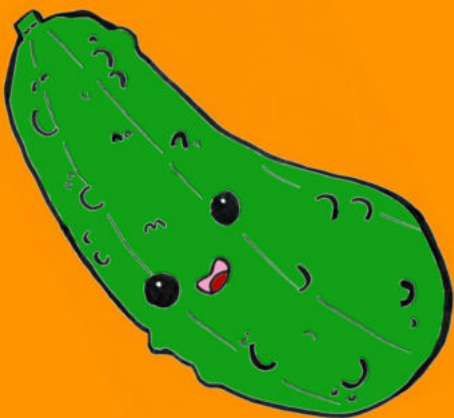
L'odiatissimo broccolo!!!

B

Sai che per diventare grandi serve l'arcobaleno dei colori?



Non tutti i cibi contengono le stesse sostanze nutritive e per fare il pieno di tutta l'energia che ci serve per crescere bene dobbiamo abbinare e mangiare alimenti con colori diversi. Ricorda: ad ogni colore corrisponde un superpotere diverso!



Perché la fettina di mela tagliata dalla maestra in breve tempo perde il suo colore bianco e diventa scura?



L'ossigeno che è nell'aria attiva degli enzimi (i polifenoli) che difendono la mela dal danno causato dal taglio del coltello, creando sulla superficie "danneggiata" una pellicola marroncina. Un po' come quando cadendo ci sbucciamo un ginocchio e il nostro corpo reagisce proteggendo la nostra pelle formando una crosticina.



Sai cos'è il Junk Food?

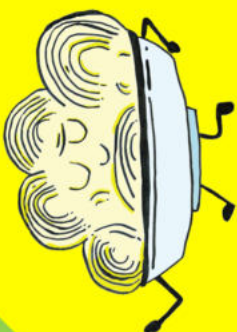


Ecco perché a scuola non trovi mai patatine fritte, panini stracolmi di salse e dolcetti tutti zuccherosissimi!



Che fine fa il cibo che i bambini non vogliono mangiare quando sono a casa?

- A) lo mangia il papà
- B) finisce nella spazzatura
- C) lo mangia il cane/gatto



Il povero papà vince il primato di consumatore indiscusso degli avanzi di casa!

A



C

Il cibo che rimane nel piatto, dove va buttato?

- A) nell'indifferenziata
- B) dalla finestra
- C) nell'umido

I rifiuti alimentari vanno buttati nel bidone dell'umido, detto anche "organico".

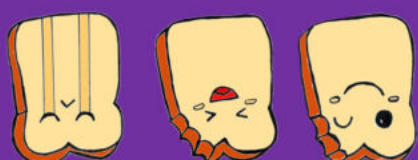


Ogni anno in Italia, quanti kg di cibo butta una persona?

- A) 12 kg
- B) 7 kg
- C) 27 kg



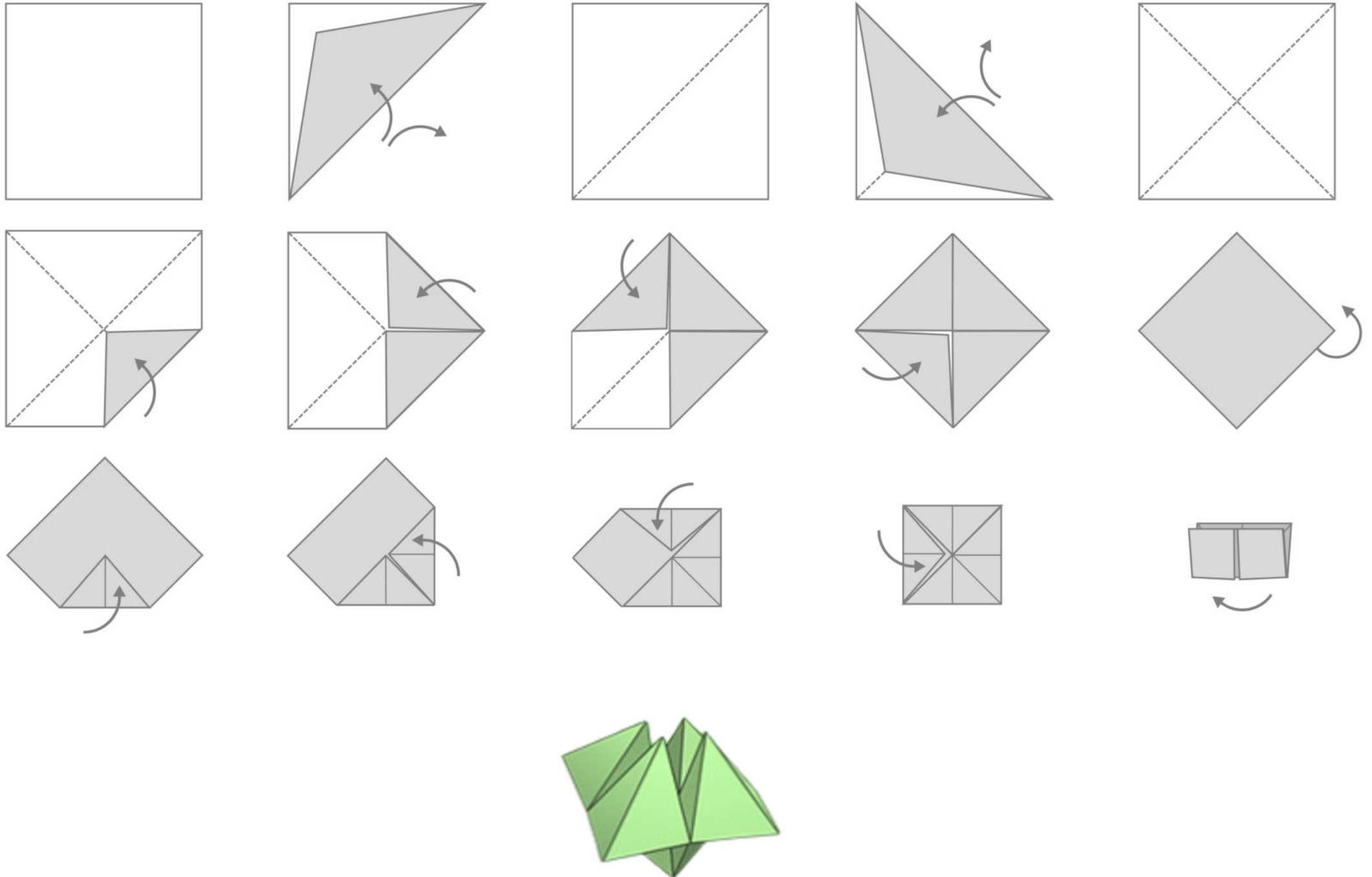
In media, ciascuno di noi butta e quindi spreca ben 27 kg di cibo, che corrispondono a circa 90 pizze margherita. Se immaginiamo tutte queste pizze nei loro cartoni e impilate una sopra l'altra, arriveremmo ad una pila di pizze alta 2,7 metri: alta quasi fino al soffitto della tua classe!



1/3 di tutti i piatti preparati.

Vuol dire che se ad un tavolo ci sono 3 bambini, 2 mangeranno tutto, mentre il terzo non mangerà niente!

Sai quanto cibo viene buttato via dalle mense scolastiche?



MyWaste-Plate



This project has received funding from the European Union, European Health And Digital Executive Agency (HADEA) - Health and Food Directorate under the Grant Agreement SMP-FOOD-2022-FWStakeholders-AG - Project: 101112062 Measurement, reduction, and prevention of food waste in school canteens: proposal of a strategic approach (MYWASTE-PLATE). Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or HaDEA. Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.

