

Guida per il personale Scolastico



Tutte le informazioni formativo-organizzative
e suggerimenti didattici

Indice

PRESENTAZIONE DEI PRODOTTI

Il ruolo essenziale del latte e dei suoi derivati	pag. 4
Consigli	pag. 6
La qualità prima di tutto	pag. 7
Per gli alunni e le famiglie	pag. 8

LE MODALITÀ DI DISTRIBUZIONE

Box consegna: Latte nelle scuole!	pag. 9
-----------------------------------	--------

IL CONTRIBUTO DELLA SCUOLA

Materiali per la conservazione e il consumo dei prodotti	pag. 12
I locali e i servizi	pag. 14
Il contributo del personale scolastico	pag. 15

QUALI PRODOTTI VENGONO DISTRIBUITI

Tutti i prodotti del progetto	pag. 16
-------------------------------	---------

UN APPROCCIO MULTISENSORIALE

Scoprire i prodotti con i 5 sensi	pag. 20
-----------------------------------	---------

UN APPROCCIO INTERDISCIPLINARE

Spunti di attività da fare in classe	pag. 21
Informazioni sulla ipersensibilità alimentare	pag. 22



Introduzione

Il programma Latte nelle scuole

Il Programma Latte nelle scuole è la campagna di educazione alimentare sul consumo di latte e prodotti lattiero caseari destinata alle scuole primarie, finanziata dall'Unione europea e realizzata dal **Ministero delle politiche agricole** alimentari e forestali. **Prevede la distribuzione gratuita nelle sedi scolastiche di latte fresco, yogurt** (anche delattosati) **e formaggi di qualità certificata** per la merenda dei bambini, affiancata da suggerimenti di attività ludico-didattiche sulle abitudini di una sana ed equilibrata alimentazione.

Per coinvolgere i piccoli studenti e aiutarli a comprendere l'importanza del consumo del latte e dei suoi derivati, il programma prevede laboratori esperienziali che hanno lo scopo di esplorare i concetti di stagionalità e territorialità, presentare gli aspetti nutrizionali dei prodotti e scoprire in quanti e quali modi possono essere gustati, in classe come a casa.



Questo libretto...

Queste pagine sono un valido supporto per il docente sia da un punto di vista operativo, con indicazioni sullo svolgimento del programma Latte nelle scuole, sia da un punto di vista didattico, con informazioni sui prodotti distribuiti e proposte di attività correlate.

Nella prima parte vengono presentati il programma e le modalità di svolgimento. Si passa poi a illustrare i principi di una corretta alimentazione e a descrivere curiosità e caratteristiche nutrizionali dei prodotti distribuiti da scoprire giocando con i cinque sensi anche insieme alla famiglia.

La seconda parte offre ai docenti risorse pratiche per attività da svolgere in classe in occasione delle distribuzioni speciali dei prodotti. Questa parte è dedicata infatti al laboratorio multisensoriale per far conoscere i prodotti ai bambini in modo divertente ed esperienziale attraverso tutti gli organi di senso.



Il ruolo essenziale del latte e dei suoi derivati

Come tutti gli alimenti, anche il latte e i suoi derivati devono essere inseriti all'interno di una dieta varia ed equilibrata, secondo precise modalità di consumo.

Latte

Il latte è un alimento importante, fonte di numerosissimi nutrienti fondamentali come vitamine, minerali, proteine, zuccheri e grassi. È un prodotto ad elevata “densità nutrizionale” ma a bassa “densità energetica”: un autentico concentrato di nutrienti al costo di poche calorie.

Il latte contiene notevoli quantità di calcio e, soprattutto, lo contiene in una forma che ne consente un assorbimento immediato e un facile utilizzo da parte del nostro organismo. Per questa ragione, il consumo di latte e suoi derivati è particolarmente indicato per fornire un adeguato apporto di calcio, soprattutto in età infantile e adolescenziale.

Il latte è inoltre un alimento ricco di proteine di alta qualità: contiene infatti una corretta proporzione di tutti gli amminoacidi essenziali che ci occorrono per crescere e soddisfare molti processi biologici di importanza fondamentale, anche in età adulta.

Tutte queste caratteristiche contribuiscono a definire il latte come un alimento importante che, nelle giuste proporzioni, dovrebbe essere costantemente presente nella nostra alimentazione quotidiana per garantirci un corretto ed equilibrato apporto di nutrienti.

COMPOSIZIONE DEL LATTE INTERO

Acqua	87,6%
Grassi	3,6%
Proteine	3,3%
Lattosio	4,8%
Calcio e altri minerali	0,7%
Energia	64 kcal; 269 kJ.

Yogurt

Lo yogurt viene prodotto a partire dal latte di vacca a cui vengono aggiunti due fermenti lattici: *Streptococcus thermophilus* e *Lactobacillus bulgaricus* che proliferano e fermentano; durante questo processo il lattosio viene in parte trasformato in acido lattico aumentandone la tollerabilità.

I batteri contenuti nello yogurt contribuiscono al mantenimento dell'equilibrio della flora batterica intestinale e favoriscono la sintesi delle vitamine del gruppo B e della vitamina K. Per garantire la sopravvivenza dei batteri lattici è necessario conservare lo yogurt alla temperatura di 4 °C. Lo yogurt conserva tutte le proprietà nutritive e il valore energetico del latte, ma è più digeribile grazie alle minori dimensioni delle particelle proteiche, alla maggiore presenza di proteine solubili e alla presenza di lattasi in grado di idrolizzare parte del lattosio. Inoltre, l'acido lattico e gli altri metaboliti prodotti dai fermenti lattici sembrano avere un effetto inibente sulla microflora intestinale patogena.

VALORI NUTRIZIONALI MEDI DELLO YOGURT INTERO BIANCO

Per 100 g di prodotto

Proteine	3,8 g
Grassi	3,9 g
Carboidrati (di cui zuccheri)	4,3 g
Energia	66 kcal



Formaggio

Il formaggio è adatto a persone di tutte le età. È particolarmente indicato per i bambini e i ragazzi in crescita in virtù del suo alto contenuto di proteine, di calcio e di grassi.

Le altre componenti nutritive sono la microflora, le vitamine e i sali minerali. Esse hanno una concentrazione assai superiore a quella del latte, rispetto al quale presentano una migliore digeribilità, dovuta alla ridotta quantità di lattosio che nel formaggio si è trasformato in acido lattico. Inoltre, i formaggi prodotti da animali alimentati su pascoli naturali, oltre a presentare uno spettro aromatico più ampio, sono ricchi di sostanze importanti per la salute dell'uomo, con un elevato grado di protezione antiossidante. I formaggi, in generale, per il loro alto valore energetico, sono particolarmente adatti alla dieta degli sportivi.

Essendo comunque i formaggi ricchi di grassi, anche per loro, vale la regola universale: farne un uso moderato, a seconda dell'età e della sanità fisica di chi li consuma.

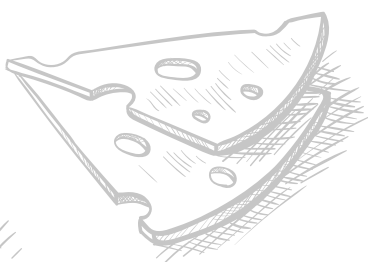
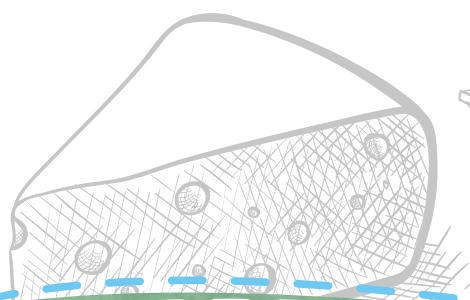
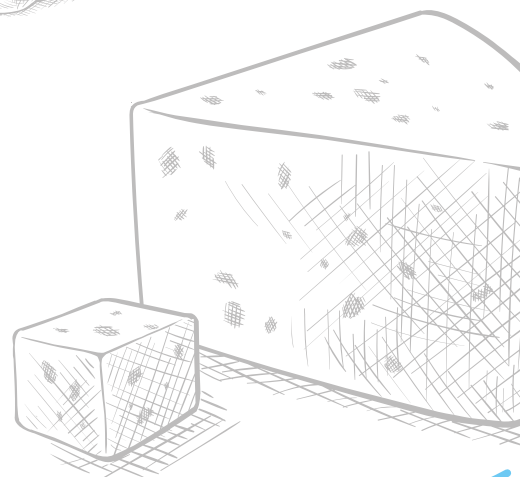


Fonti:

- CREA Centro di Ricerca per gli Alimenti e la Nutrizione, *Tabelle di composizione degli alimenti*
- INRAN (Istituto Nazionale di Ricerca per gli Alimenti e la Nutrizione), *Latte e prodotti funzionali: la nuova generazione*, 2006.
- Nutrition Foundation of Italy - www.nutrition-foundation.it

Consigli

Possiamo consumare latte o yogurt regolarmente, fino a 3 porzioni giornaliere, mentre i formaggi, a seconda del nostro fabbisogno energetico, li possiamo consumare fino a 2 o 3 porzioni a settimana.



La qualità prima di tutto

I prodotti selezionati sono di primissima qualità: DOP, IGP, Agricoltura biologica, ottenuti con metodi di produzione integrata.

Le proprietà di latte, yogurt e formaggi sono influenzate dalla qualità del latte crudo di partenza, dal tipo di processo tecnologico (e dalla relativa intensità) con il quale viene trattato e dalle condizioni di conservazione. Le caratteristiche del latte crudo sono stabilite dai Regolamenti di igiene europei, che definiscono le caratteristiche della materia prima e stabiliscono regole precise di trattamento fin dal momento della mungitura.

DOP (Denominazione di Origine Protetta)



È un marchio di tutela giuridica della denominazione attribuito dall'Unione europea agli alimenti le cui caratteristiche qualitative dipendono essenzialmente dal territorio in cui sono prodotti. Per potersi fregiare del marchio DOP, tutte le fasi di produzione e trasformazione devono avvenire all'interno di un'area geografica delimitata: l'appartenenza a un determinato ambiente geografico – inteso non solo come insieme di fattori climatici e ambientali ma anche umani (tecniche di produzione tramandate nel tempo, artigianalità, savoir-faire) – conferisce al prodotto un carattere di unicità.

IGP (Indicazione Geografica Protetta)



È un marchio di origine attribuito dall'Unione europea ai prodotti agricoli e alimentari connotati territorialmente, tali che almeno una fase del processo produttivo avviene in una determinata area geografica. Anche i prodotti IGP devono rispettare rigide regole contenute nel disciplinare di produzione e sono soggetti alla periodica verifica di conformità da parte di uno specifico organismo di controllo.

Agricoltura Biologica



È un metodo di produzione definito e disciplinato a livello comunitario. In agricoltura biologica non si utilizzano sostanze chimiche di sintesi (concimi, diserbanti, anticrittogamici, insetticidi, pesticidi in genere), né OGM (Organismi Geneticamente Modificati).

Per gli alunni e le famiglie



LABORATORIO MULTISENSORIALE

In occasione delle distribuzioni speciali le classi sono coinvolte in un'attività laboratoriale all'insegna dell'apprendimento attivo. Il personale scolastico ha a disposizione una guida pratica ricca di materiali per presentare e condurre in classe il laboratorio.

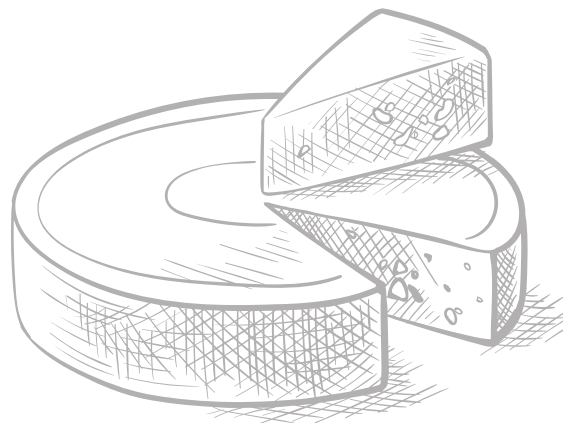


CESTINO SENSORIALE

L'avventura di Latte nelle scuole continua anche a casa: le famiglie ricevono il cestino sensoriale ricco di prodotti e le indicazioni per scaricare dal sito dedicato un approfondimento sul latte e i suoi derivati, un questionario da compilare e un diario per divertirsi con i bambini e crescere insieme all'insegna della salute e del benessere.



Box consegna: latte nelle scuole!



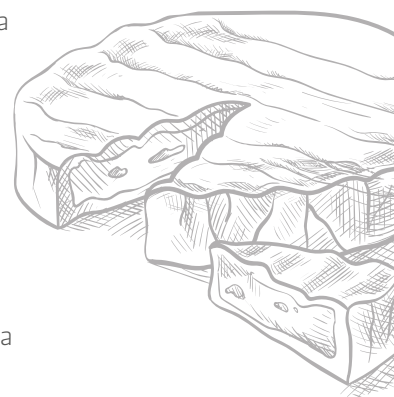
> La consegna

L'aggiudicatario invia alla scuola un calendario delle consegne previste almeno 5 giorni prima dell'inizio del programma. Il calendario, che tiene conto di ogni elemento, dalla stagionalità dei prodotti alle festività scolastiche, viene nel corso del programma settimanalmente confermato, in caso vi siano eventuali modifiche o variazioni.

> Chi ritira

La consegna viene effettuata dall'addetto entro le ore 10,30 del giorno stabilito o comunque in tempo utile per il consumo in occasione della pausa mattutina o pomeridiana e non in associazione al pasto principale.

Il Dirigente scolastico o il Referente del programma, firma e mette la data sui Documenti di Trasporto (D.d.T.), controllando il numero di confezioni, la data di confezionamento, il materiale di consumo e le schede tecniche.



> Distribuzioni regolari

Il Programma Latte nelle scuole prevede la distribuzione di tre tipologie di prodotti lattiero caseari. Oltre al latte alimentare, infatti, saranno distribuiti gli yogurt e taluni formaggi tipici delle regioni italiane. In particolare, dalla prima metà del mese di maggio fino alla fine del programma, gli alunni potranno consumare tutte le settimane una porzione di formaggio. In due casi tale degustazione avverrà nell'ambito di laboratori sensoriali, in cui saranno distribuiti anche frutta e miele.

Nell'ambito delle distribuzioni regolari, è previsto che il **porzionamento e la distribuzione dei formaggi sia a cura del personale scolastico**. Per questo, è importante che la scuola si doti di:

- coltellino e guanti per il porzionamento del prodotto;
- piattini di carta che fungano da vassoi ove riporre il prodotto porzionato;
- tovagliolini di carta.



> Distribuzioni speciali

A partire dal **24 maggio**, per concludersi nella prima settimana di giugno, saranno realizzate due distribuzioni “**speciali**”, che prevedono:

- **attività ludico-didattiche**, da svolgere a cura del personale scolastico;
- il **porzionamento e la degustazione di formaggi, frutta** (fresca e/o in guscio) e **miele**. L'attività di preparazione sarà svolta dal personale dell'aggiudicatario.

Per quanto attiene alle prime, i docenti potranno usufruire della **Guida al laboratorio multisensoriale** per guidare i ragazzi nell'esecuzione di alcune attività, a sostegno delle quali sarà consegnata a ciascuno una **scheda didattica**.

Per quanto riguarda l'attività di degustazione, la preparazione è a carico del personale dell'aggiudicatario, ma il contributo del personale scolastico sarà prezioso per la buona riuscita dell'iniziativa.

Al fine di rendere più ricca la degustazione, ai prodotti previsti per la distribuzione speciale, sarà abbinato anche un formaggio delle distribuzioni regolari, il cui porzionamento sarà svolto dal personale dell'aggiudicatario.



> Il materiale

Il giorno prima dell'attività, oltre ai prodotti, saranno consegnati:

- piatti da dessert
- tovagliolini

I prodotti saranno conservati fino al giorno successivo come suggerito dal paragrafo che segue.

I tovagliolini di carta coprono il fabbisogno di entrambe le distribuzioni speciali; pertanto sarà cura del personale scolastico conservarli anche per la seconda.

Conformemente alle politiche già espresse nella comunicazione concernente i materiali, forniremo una distribuzione di piatti; per la seconda distribuzione speciale, essi potranno essere riutilizzati, oppure potrete invitare i ragazzi a portare un piattino da casa. In tutti i casi, in convenzione è previsto un contributo spese per l'acquisto dei materiali.

> La postazione

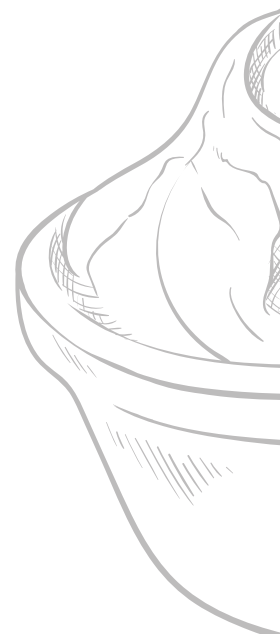
La scuola individuerà una postazione idonea al porzionamento dei prodotti e alla relativa distribuzione. In tale postazione dovranno essere presenti:

- gli spazi necessari (tavolo o piano d'appoggio) per posizionare i piatti destinati a contenere i prodotti per i ragazzi e rendere agevole il lavoro del personale;
- i raccoglitori per la raccolta (a carico della scuola) dei rifiuti umidi e del materiale di scarto;
- un "punto acqua" (lavandino) – anche nelle vicinanze – al fine di agevolare le operazioni di pulizia.

> Preparazione ed esecuzione del servizio

Il servizio avverrà come di seguito descritto:

- 1 Il giorno precedente la preparazione e il consumo, saranno consegnati prodotti e materiali da utilizzare la mattina successiva.
- 2 Il giorno in cui è previsto il consumo (giorno successivo alla consegna) gli operatori dell'aggiudicatario si recheranno presso la scuola dotati del necessario per porzionare i prodotti: in alcuni casi, potranno iniziare a lavorare presto (8.30), in base alla dimensione della scuola e al loro programma giornaliero.
Lo scopo delle attività di preparazione è compiere la degustazione tra le 10.30 e le 11.30.
Vi raccomandiamo di comunicare subito agli operatori la presenza di bambini intolleranti.
- 3 Quando gli operatori avranno preparato una prima parte di prodotto, sarà compito del personale scolastico condurre gli alunni nel punto dov'è prevista la somministrazione.
- 4 Gli operatori – congiuntamente al personale scolastico – agevoleranno il consumo del prodotto da parte degli alunni.
- 5 Al termine della distribuzione, gli operatori svolgeranno una prima pulizia della postazione.



Materiali per la conservazione e il consumo dei prodotti

> La catena del freddo

Con l'esclusione del latte UHT, tutti i prodotti che saranno consegnati alle scuole richiedono la conservazione in catena del freddo.

È cura dell'aggiudicatario verificare che la consegna dei prodotti da conservare in catena del freddo sia effettuata con mezzi idonei al mantenimento delle temperature previste.

Per lo stoccaggio dei prodotti che richiedono la conservazione in catena del freddo, qualora la scuola non disponga di frigoriferi della capienza necessaria a conservare tali prodotti sino al momento del consumo, è cura dell'aggiudicatario consegnare a tutte le scuole idonei contenitori (**box isotermitici**) e piastre eutettiche o borse gel refrigerate, che rilascino le frigorifiche necessarie a mantenere la temperatura per le 30 ore successive alla consegna dei prodotti. In assenza di frigoriferi, per mantenere i prodotti in catena del freddo, la scuola riceverà quindi in dotazione:

- un idoneo numero di box in polistirolo espanso necessari alla conservazione della catena del freddo
- un appropriato numero di buste di gel eutettico (altrimenti dette buste-ghiaccio o ghiaccio in gel)

I box in polistirolo rimarranno in dotazione per tutta la durata del programma. I box in polistirolo permettono da soli (senza le buste-ghiaccio) di conservare correttamente i prodotti che saranno consumati durante la mattinata del giorno di consegna. Con l'aggiunta delle buste-ghiaccio all'interno dei box, i prodotti si conserveranno alla corretta temperatura fino al giorno seguente.

Poiché i prodotti consegnati saranno tipicamente 2, uno da consumarsi durante la mattinata, l'altro il giorno successivo, sarà sempre necessario che il secondo prodotto (quello da consumarsi il giorno successivo) sia conservato in uno o più box con aggiunta delle buste-ghiaccio. Tali buste dovranno essere sempre alla temperatura corretta: -20° / -15° gradi centigradi. Tale condizione sarà assicurata dalla logistica di ogni aggiudicatario: ad ogni consegna, infatti, saranno consegnate le buste congelate, mentre la scuola dovrà restituire quelle utilizzate nella consegna precedente.

È importante che tale scambio sia fatto ad ogni consegna, perché solo in questo modo le logistiche degli aggiudicatari potranno fornire con costanza le buste alla corretta temperatura.

> Materiali per il consumo dei prodotti

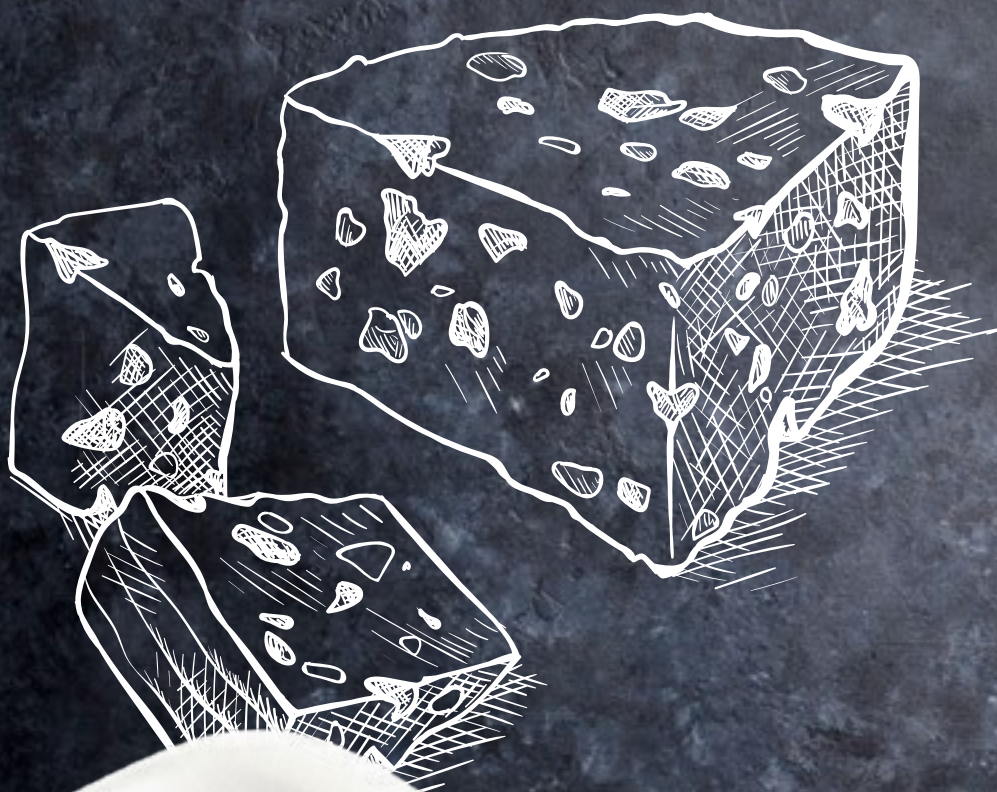
Nel caso i prodotti in distribuzione non siano consumabili direttamente dalla confezione (come per lo yogurt da bere, per esempio), ad inizio programma saranno distribuiti bicchieri e cucchiaini per agevolare il consumo.

In tutti i casi, le distribuzioni di tali ausili non supereranno

- un fabbisogno pari a 2 consumazioni per i bicchieri
- un fabbisogno pari a 1 consumazione per i cucchiaini

Tale scelta è dettata dalla volontà di limitare lo spreco di risorse economiche e promuovere comportamenti rispettosi dell'ambiente.

Gli ausili distribuiti ad avvio progetto, infatti, servono a permettere un avvio agevole del programma: per le consumazioni di prodotto successive alla seconda, potranno essere riutilizzati i bicchieri ed i cucchiaini oppure, meglio, potranno essere invitati i ragazzi a portare da casa il loro personale bicchiere/cucchiaino.



I locali e i servizi

La scuola ospita il progetto e se ne occupa attivamente: mette a disposizione servizi e strutture che ne favoriscono la buona riuscita:

1. **Affissione**, all'ingresso principale dell'istituto, in modo visibile e leggibile, del manifesto che pubblicizza il programma Latte nelle scuole.
2. **Accesso** ai locali dei mezzi di scarico per la consegna e il deposito dei prodotti.
3. **Locali idonei** alla preparazione dei prodotti.
4. **Fornitura** di energia elettrica e dei servizi di smaltimento dei prodotti "umidi" derivanti dal consumo dei prodotti.
5. **Area idonea per la conservazione temporanea** dei prodotti consegnati alla scuola il giorno antecedente al loro consumo.



L'area di deposito deve essere:

- All'interno della struttura scolastica.
- Strutturata in modo da evitare furti o interventi non autorizzati sul prodotto.
- Segnalata da apposito cartello, fornito dall'aggiudicatario, con la dicitura: "Stoccaggio temporaneo prodotti ortofruttili del Programma Latte nelle scuole".
- Protetta! E preclusa all'ingresso di infestanti (topi, insetti, ecc.)
- A una temperatura non troppo calda.
- In buono stato di manutenzione e pulizia.

Le cassette contenenti i prodotti devono essere:

- Sollevate da terra.
- Stoccate in assenza o lontane da sostanze pericolose (detergenti e cere per pavimento, vernici, rifiuti in genere ecc.).
- Identificate, utilizzando l'apposito cartello, fornito via mail e scaricabile dal portale dell'aggiudicatario, riportante la dicitura: "Stoccaggio temporaneo prodotti ortofruttili del Programma Latte nelle scuole" da posizionare sul prodotto stoccato.
- Stoccate in assenza o lontano da sostanze pericolose (detergenti, vernici, rifiuti in genere...).

Vai alla fine della guida e ritaglia il cartello per il corretto stoccaggio della frutta



Il contributo del personale scolastico

> Impegni operativi

La responsabilità del prodotto (in termini di qualità, confezionamento, consegna) è esclusivamente a carico della ditta produttrice. Vediamo invece insieme in sintesi qual è il contributo che il personale scolastico può dare per la riuscita del progetto. Impegni operativi:

- Ricezione dei prodotti secondo accordi stabiliti. La scuola verifica che si svolga correttamente.
- Presa in carico, immagazzinamento e deposito dei prodotti che possono essere conservati a temperatura ambiente e consumati il giorno dopo.
- Affissione a scuola del manifesto che pubblicizza il programma Latte nelle scuole.
- Supportare il personale dell'aggiudicatario nella distribuzione dei prodotti in classe, secondo le diverse modalità previste.
- Collaborare alla porzionatura dei prodotti, mediante gli appositi strumenti forniti dall'aggiudicatario.
- Assistere, nella preparazione dei prodotti, senza maneggiare dunque i prodotti né i macchinari utilizzati.
- Raccolta degli imballaggi impiegati per la distribuzione dei prodotti e loro corretto smaltimento.



> Impegni didattici

- Sensibilizzazione dei bambini al consumo dei prodotti, in sostituzione della merenda abituale, nell'ambito del tema di un'alimentazione sana.
- Sorveglianza del corretto svolgimento dell'attività di distribuzione e assistenza al consumo.

Tutti i prodotti del progetto

> LATTE INTERO

Composto prevalentemente da acqua contiene grassi, proteine e lattosio. Tra i minerali presenti, oltre al calcio, il fosforo, il potassio, il magnesio, lo zinco e il selenio.



Perfetto da bere al mattino per colazione, il latte è anche l'ingrediente principale di tante ricette golose come la besciamella, il purè, gli gnocchi alla romana.

> GRANA PADANO 12. 18. 20. 24 MESI



Formaggio semigrasso da latte vaccino, di lunga stagionatura, a pasta dura. Inizialmente ha un gusto delicato, da cui affiora tutto il sapore del latte, poi ottiene un gusto saporito, non piccante, e un aroma che ricorda la frutta secca e il fieno. Oltre i 20 mesi il gusto diventa ricco e pieno, mai aggressivo, fragrante e delicato insieme che ricorda il burro, il fieno e la frutta secca.

Fra le caratteristiche principali di questo eccellente prodotto, c'è da ricordare l'assenza di lattosio. A tavola possiamo usarlo grattugiato sulla pastasciutta e nelle paste ripiene!

> YOGURT INTERO

Prodotto con latte intero senza l'aggiunta di altri ingredienti, oltre ai fermenti lattici. Contiene proteine, grassi e carboidrati.



La scoperta dello yogurt è stata molto probabilmente del tutto casuale: il latte, lasciato all'aria a temperature elevate si trasforma naturalmente in yogurt sotto l'azione di batteri lattici.

> CACIOCAVALLO SILANO - 60 GIORNI



Prodotto con latte di mucca crudo, caglio e sale ha una crosta sottile e liscia ma resistente e all'interno è compatto di colore giallo come la paglia.

Con la lunga stagionatura acquista un sapore intenso e leggermente piccante, è ottimo da mangiare da solo oppure grattugiato per dare gusto a primi e secondi piatti.



> PROVOLONE VALPADANA



È un formaggio semiduro con la crosta liscia prodotto dal latte di mucca intero. La giusta quantità di calorie, l'equilibrio tra grassi e proteine, il calcio e il fosforo lo rendono una fonte preziosa di energia e benessere.

Il suo sapore è adatto a qualunque tipo di palato. Anche se può essere consumato sciolto conserva la sua massima qualità quando è crudo accompagnato per esempio con pane e miele biologico.

> MONTASIO A PASTA DURA



La sua pasta è dura e compatta, da giovane ha un profumo fresco e delicato e un sapore dolce. Quando invecchia, cioè quando è più stagionato, l'odore diventa intenso e aromatico e il gusto più piccante.

È ottimo accompagnato da pere o frutta secca oppure anche da verdure di stagione cotte o crude. Quando è ben stagionato viene anche grattugiato su primi e secondi piatti.

> CASATELLA TREVIGIANA



È un formaggio fresco e molle, pronto dopo una breve maturazione. All'inizio è più compatto mentre col passare delle ore diventa più cremoso; la sua crosta invece è appena percettibile.

Buonissimo da gustare spalmato sul pane e anche in ricette più elaborate per antipasti, primi e secondi piatti sfiziosi.

> STELVIO O STILFSER



È un formaggio di latte di mucca con la crosta di color rossiccio e la pasta compatta ed elastica. Ha un sapore abbastanza forte e appena appena piccante.

Buonissimo da gustare in piatti montani tipici della zona dove viene prodotto, la provincia di Bolzano, per esempio fuso nella polenta o abbinato con lo speck e la zuppa ai cereali.

> ASIAGO D'ALLEVO STRAVECCHIO - 15 MESI



È prodotto con latte di mucca crudo parzialmente scremato, sale e caglio. La crosta è liscia e regolare mentre all'interno la sua pasta è granulosa e friabile.

Grazie alla lunga stagionatura ha un sapore ricco e deciso, all'inizio dolce e poi sempre più piccante. Ottimo da mangiare con la polenta o insieme alle verdure di stagione.

> PIAVE VECCHIO RISERVA DOP - OLTRE 18 MESI



Prodotto con latte di mucca pastorizzato, contiene essenzialmente fermenti lattici, caglio e sale. Ha una crosta liscia e regolare e all'interno presenta una caratteristica sfogliatura.

Ha un sapore deciso, fruttato e mai piccante. È un ottimo formaggio da grattugiare perché esalta ogni piatto e si abbina perfettamente alla marmellata di fichi e noci per una merenda gustosa e genuina.

> MOZZARELLA O FIOR DI LATTE



È un formaggio fresco prodotto con latte crudo, sale marino iodato, caglio e fermenti lattici. Ha una forma sferoidale, al tatto risulta liscio ed è privo di crosta.

Se si morde è morbido e dal gusto delicato, ottimo da gustare con la marmellata di agrumi o la composta di limoni.

> SCAMORZA



È un formaggio fresco fatto con latte crudo, caglio di vitello, sale marino iodato alimentare e fermenti lattici. La sua pasta è semi soffice e si può mangiare tutto, anche la crosta.

Il suo sapore è delicato ed è buonissimo da gustare con il miele biologico e la marmellata, soprattutto quella di pere e cannella.

> CACIOTTA



Per produrre questo formaggio si utilizza sia il latte di mucca sia il latte di pecora. Se lo osserviamo all'interno la sua pasta risulta bianca e compatta.

Per una merenda ricca di bontà e salute può essere gustato insieme a una focaccia calda: un'esplosione di semplicità e sapore.

> GRAN MAREMMA



È prodotto con il latte di pecora. Sia allo sguardo sia al tatto, anche prima di gustarlo, rivela una pasta compatta ed elastica, e una crosta sottile.

Perfetto per essere gustato da solo o aggiunto, in particolare in estate, a gustose e fresche insalate con verdure di stagione.

> PECORINO ROMANO



Viene prodotto con il latte di pecora. Da giovane, cioè quando è meno stagionato, ha un sapore più dolce; invecchiando invece il suo gusto diventa più forte e deciso.

È buonissimo mangiato da solo ma possiamo divertirci a gustarlo con il miele biologico, la marmellata e anche insieme alla frutta di stagione!



> MANDORLE



Appartengono alla famiglia della “frutta secca”. Sono semi oleosi, frutti dell’albero del mandorlo, che oltre ad avere un sapore dolce e delicato contengono vitamine e sali minerali molto utili per la salute dell’organismo.

Sono ideali per una merenda gustosa e salutare perché hanno tante proprietà benefiche: abbassano il livello di colesterolo, rafforzano le difese immunitarie, danno tanta energia e rafforzano i denti e le ossa.

> MELE IGP



È un frutto dal sapore particolarmente gradevole, croccante da mordere e con tante proprietà benefiche per la salute: contiene poche proteine, è quasi privo di grassi ed è ricco di vitamine e sali minerali, in particolare di potassio che riducono il colesterolo, prevengono la glicemia alta del sangue e perfino il cancro.

Il famoso detto popolare “Una mela al giorno, leva il medico di turno” ha un fondamento di verità perché la mela è considerata un farmaco naturale oltre che un alimento perfetto per una merenda leggera e ricca di gusto.

> MIELE BIOLOGICO



Le sue proprietà sono fonte di salute e benessere per l’organismo: oltre ad acqua, proteine, sali minerali e polifenoli che hanno un potere antinfiammatorio e antibiotico, contiene il glucosio e il fruttosio capaci di fornire tanta energia.

È dolce, gustoso, di consistenza densa e colore ambrato. Può essere aggiunto a bevande calde, usato per fare torte casalinghe ed è buonissimo abbinato ai formaggi per dare un giusto equilibrio di sapore dolce-salato.

> NOCCIOLE IGP



Con le mandorle rappresentano la frutta secca più ricca di vitamina E utile per la salute della pelle e come antitumorale. Inoltre contengono magnesio, grassi “buoni” e antiossidanti che prevengono malattie cardiovascolari e favoriscono il benessere di muscoli e ossa.

Sono i frutti dell’albero del mandorlo, ottimi per una merenda sfiziosa e piena di salute. Le nocciole sono utilizzate per fare gustose creme da spalmare sul pane, oltre che per la preparazione di sfiziosi dolci casalinghi.

La vostra
scuola riceve...

- > LATTE INTERO
- > YOGURT INTERO
- > GRANA PADANO D.O.P. 24 MESI
- > PECORINO ROMANO
- > MOZZARELLA DI BUFALA CAMPANA D.O.P.
- > FRUTTA
- > FRUTTA SECCA

Scoprire i prodotti con i 5 sensi

VISTA

- Forma (tonda, ovale, rettangolare)
- Colore (bianco, giallo, arancione, ocra, marrone)
- Dimensione (grande, piccolo)

Anche gli occhi hanno la loro parte! Prima dell'assaggio è importante guardare la forma del prodotto e il suo colore per valutarne lo stato.

UDITO

- Sensazione uditiva durante la masticazione

Sotto i denti gli alimenti fanno rumori diversi. Sono le informazioni legate all'udito che ci permettono di valutarne la testura (croccantezza, soffici ta, viscosita).

OLFATTO

- Odori e aromi

Quando mangiamo, l'olfatto lavora in stretta collaborazione con il gusto per farci percepire gli aromi.

GUSTO

- Sapore

La bocca registra cinque sapori fondamentali: il dolce, il salato, l'acido, l'amaro e l'umami.

TATTO

- Caratteristiche della superficie (liscia, rugosa, vellutata)
- Consistenza (cremosa, tenera, adesiva, rigida, elastica, granulosa, sabbiosa, soda)

Si pu  toccare un prodotto con le mani per sentirne la consistenza, ma anche la bocca, le labbra e la lingua danno importanti informazioni tattili.



Spunti di attività da fare in classe

> Lingua italiana e letteratura

- **Parole per descrivere: gli aggettivi qualificativi**
Chi trova più aggettivi per descrivere le caratteristiche del latte e dei suoi derivati? A gruppi scriviamoli su lunghe catene di post-it colorati!
- **Una questione di ritmo: la filastrocca**
Formaggio-coraggio, latte-cravatte, caciocavallo-maresciallo! Scriviamo su foglietti le rime con le parole usate durante il progetto e creiamo filastrocche originali.
- **Te lo dico con un proverbio**
I prodotti alimentari sono spesso collegati a proverbi o detti popolari famosi: "al contadino non far sapere quant'è buono il formaggio con le pere". Ne conoscete altri? Raccogliamoli tutti in un album e poi divertiamoci a illustrarli!

> Geografia

- **Cartoline dal Bel Paese**
Da dove vengono i prodotti che avete degustato in classe? Cercate sulla mappa dell'Italia la loro origine! Poi realizzate una cartolina di quei luoghi indicando le caratteristiche del prodotto.

> Scienza

- **La classe si trasforma in laboratorio**
Informiamoci in biblioteca o in Rete: quali valori nutrizionali hanno il latte e i suoi derivati? Raccogliamo i dati in una tabella. Se utilizziamo un foglio di calcolo possiamo facilmente ottenere grafici colorati che ci permettono di rispondere a varie curiosità. Per esempio: qual è il formaggio più magro? Quante proteine ci sono nel Grana Padano? Come cambiano i valori del latte intero e di quello parzialmente scremato?

> Matematica

- **Indovina indovinello**
Se 5 bambini mangiano 5 pezzi di formaggio in 5 minuti, quanti minuti impiegano 100 bambini a mangiare 100 pezzi di formaggio?

> Arte

- **Copia dal vero**
Realizziamo composizioni di latte, yogurt e formaggi insieme a frutta fresca e secca. Osserviamole attentamente e copiamole sul foglio per realizzare la nostra opera d'arte! Proviamo tecniche diverse: tempere, puntinato, frottage, acquerello.



Informazioni sulla ipersensibilità alimentare

Molti alimenti possono richiedere particolari attenzioni al momento dell'assunzione.

L'ipersensibilità alimentare è infatti molto comune, ma è possibile prevenirne gli effetti.

> Come fare

La famiglia informa il personale scolastico relativamente all'eventuale ipersensibilità dei propri bambini verso qualche alimento. La famiglia educa i bimbi con ipersensibilità alimentare in modo che prestino attenzione durante l'assunzione di alimenti.

Le scuole informano le famiglie e i bambini della presenza di eventuali potenziali fonti di allergie e intolleranza alimentare nei cibi somministrati.

Nella tabella seguente sono elencati i prodotti per i quali è prevista la somministrazione, comprese le distribuzioni speciali, con il programma Latte nelle scuole.

- Latte intero
- Latte parzialmente scremato
- Yogurt intero
- Grana Padano 12, 18, 20, 24 mesi
- Caciocavallo Silano > 60 giorni
- Provolone Valpadana
- Stelvio o Stilsfer
- Montasio a pasta dura
- Asiago d'allevato stravecchio > 15 mesi
- Piave vecchio riserva DOP (oltre 18 mesi)
- Casatella Trevigiana
- Mozzarella o Fior di latte
- Scamorza
- Gran Maremma
- Caciotta
- Pecorino romano
- Mele IGP
- Nocciole IGP
- Mandorle
- Miele biologico

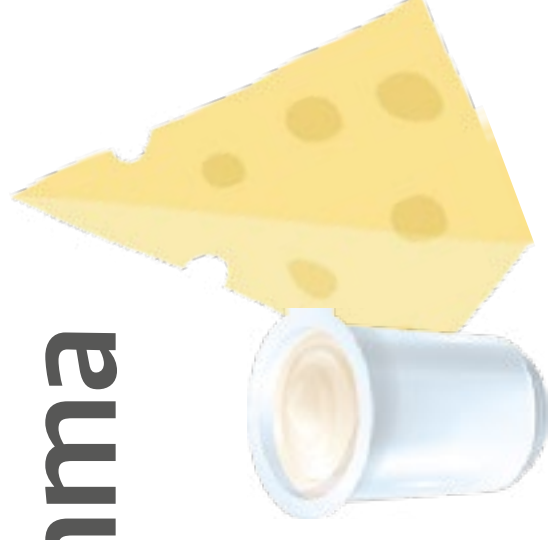
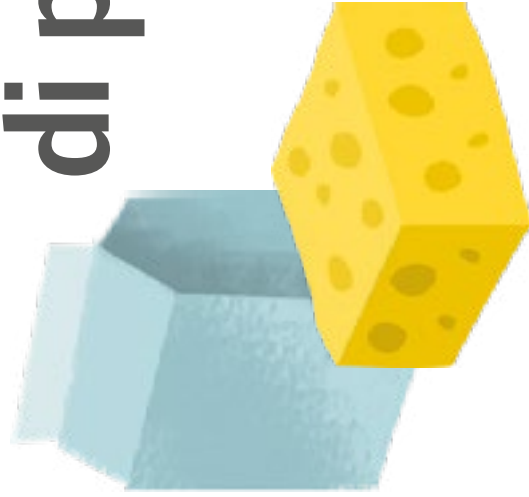


L'intolleranza alimentare è una forma di ipersensibilità dovuta a una reazione avversa a un alimento e non coinvolge il sistema immunitario.

L'allergia alimentare è un'ipersensibilità dovuta a una esagerata reattività dell'organismo verso particolari sostanze (dette allergeni) contenute negli alimenti e coinvolge il sistema immunitario.

LATTE NELLE SCUOLE

Stoccaggio temporaneo di prodotti del programma Latte nelle scuole





LATTE
NELLE
SCUOLE