

GIORNATA CON MENU' SPECIALE FACCIAMO FESTA – 19 MAGGIO 2016

Nelle scuole di Milano servite da Milano Ristorazione

In occasione della Settimana Nazionale della Celiachia, il prossimo 19 maggio 2016 nelle scuole d'infanzia, primarie e secondarie di Milano, sarà distribuito un menù speciale senza glutine, in simbolica rappresentanza delle oltre 2.700 diete sanitarie che Milano Ristorazione propone ogni giorno a coloro che hanno necessità di seguire un regime alimentare particolare.

Il tema delle diete sanitarie viene affrontato ogni giorno con la massima attenzione da parte di tutti gli operatori coinvolti sia nella produzione che nella somministrazione, nonché con la preziosa collaborazione degli educatori e degli insegnanti, durante il consumo dei pasti.

Questa giornata viene proposta con l'intento di creare un momento di condivisione tra i bambini in una parte molto importante della loro giornata, come quello dello stare insieme a tavola.
Il menù senza glutine è stato individuato con la collaborazione di AIC Lombardia Onlus.

PERCHE' FACCIAMO FESTA?



L'iniziativa per continuità conserva il nome di un Progetto promosso gli scorsi anni dall'Associazione Italiana Celiachia nelle Scuole dell'infanzia e primarie, ora rinominato in Lombardia «Non solo glutine...».*

L'obiettivo si mantiene lo stesso: diffondere la conoscenza della celiachia e dell'alimentazione senza glutine per permettere una completa e corretta integrazione degli alunni celiaci nel contesto scuola.

Un menù interamente senza glutine proposto in una giornata speciale trova il consenso di AIC, perché permette di comprendere che mangiare senza glutine non solo si può, ma è possibile con gusto e senza privazioni.

Allora non resta che invitare tutti...A TAVOLA!

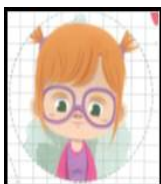
* <http://www.aiclombardiahome.it/cosa-facciamo/scuole/progetto-sperimentale-non-solo-glutine/>

Mangiamo per crescere!



Ognuno ha i suoi gusti...





BARBARA E' ALLERGICA AL LATTE



DAVIDE E' ALLERGICO ALLE UOVA



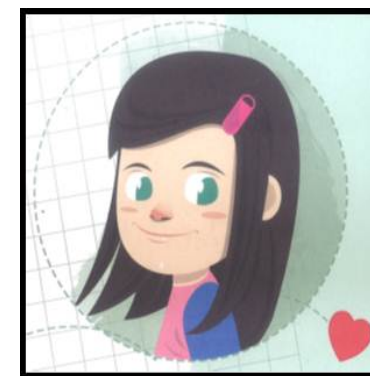
ANDREA E' VEGETARIANO



YASSIN è MUSULMANO

A tavola
possono
essere diverse
le «esigenze»
di ognuno,
imputabili a
motivi di salute,
etici o religiosi

SILVIA e JOHN SONO CELIACI



SILVIA E' CELIACA



Il glutine, è una sostanza che si trova nel grano e in altri cereali come orzo, farro, avena, segale e grano khorasan (Kamut®). Quando mangio, io devo stare molto attenta proprio al glutine perché sono celiaca. Non sai cosa vuol dire? Te lo spiego: **le persone celiache sono quelle che non tollerano il glutine** e devono stare molto attente a evitare tutti gli alimenti che lo possono contenere perché anche piccole quantità fanno male all'intestino. Io non posso mangiare tutto quello che si prepara direttamente con grano e i cereali vietati come pane, biscotti, pasta, focaccia..., ma devo anche fare attenzione a salse, creme, salumi, dolci e a preparazioni come le cotolette impanate e le polpette, cioè gli alimenti che potrebbero contenere glutine anche in forma nascosta.

**DIVERTIAMOCI
A IMPARARE:**

**CONTAMINAZIONE,
UNA PAROLA DA CONOSCERE**

Contaminare un alimento vuol dire portarci sopra o dentro delle sostanze o dei microbi che non ci dovrebbero essere. Per esempio, se dopo essere stati in bagno non ci si lava le mani e si tocca del cibo, ci si possono depositare sopra dei germi che possono persino essere pericolosi per chi lo mangia. Allo stesso modo, se un pizzaiolo che ha maneggiato della farina di grano, contenente glutine, impasta poi la pizza destinata a un ragazzo celiaco, senza prima lavarsi molto bene le mani, e non usando attrezzature diverse, può portare delle tracce di glutine nel nuovo impasto, "contaminandolo".

Anche in casa è importante fare attenzione alla contaminazione dei cibi.

Attenzione alle contaminazioni!

PERCHE' POCHI
MILLIGRAMMI DI GLUTINE
INGERITI OGNI GIORNO
PROVOCANO UN DANNO
ALLA SALUTE DEL CELIACO



Ma senza terrorismo...

ED ORA..... ECCO IL MENU'
PER LA GIORNATA SPECIALE
DEDICATA ALLA CELIACHIA

Giovedì 19 maggio 2016

Risotto con piselli
Pollo al forno
Carote julienne
Frutta fresca di stagione

Taralli senza glutine



BUON APPETITO A TUTTI

Per maggiori informazioni sulla celiachia, rivolgiti a



AiC Lombardia Onlus



Via San Senatore 2 - 20122 Milano

Tel. Fax 02867820

afcsegreteria@aiclombardia.it

www.aiclombardia.it

