

Verbale n. 3 del 13/06/2022

Inizio riunione: ore 17.26

Fine riunione: ore 18.57

Luogo: Piattaforma TEAMS

Partecipanti:

- Rappresentanza Cittadina Commissioni Mensa
- Comune di Milano – Area Servizi Scolastici ed Educativi e Referenti di Municipio
- Milano Ristorazione

Ordine del Giorno:

1. CONFRONTO E DEFINIZIONE MENÙ INVERNO 2022/23

Inizio lavori ore 17.26

Apri la riunione **Milano Ristorazione** chiedendo di poter affrontare direttamente le osservazioni ricevute da RCCM sulle bozze di menù inviate per darne un riscontro puntuale, non avendo avuto il tempo di anticipare via mail i nostri riscontri. **RCCM** conferma e si comincia ad affrontare il primo punto *“Molto apprezzato il reinserimento delle minestre, si richiede spostare il secondo di formaggio in altra giornata inserendo un secondo tra quelli più graditi.”*. **RCCM** spiega che in abbinamento alle minestre sarebbe preferibile avere un secondo più gradito e ricco pensando ai bambini che dovessero rifiutare la minestra, ad esempio la cotoletta al posto della crescenza. **Milano Ristorazione** risponde che la crescenza biologica ha il 70% di gradimento e che i secondi piatti più graditi sono quelli di carne che hanno un gradimento analogo, come i bocconcini di tacchino gratinati. Conferma anche che, mediamente, passati e vellutate hanno sempre avuto un buon indice di gradimento. Inoltre, precisa che l’associazione formaggio-patate-passato di verdure soddisfa due esigenze: quella di associare le patate a un piatto di verdure, come indicato nel Documento d’indirizzo per la ristorazione scolastica ATS Milano e quella produttiva, in quanto i forni vengono utilizzati per la cottura delle patate ed abbinare un secondo piatto che non richiede l’impiego del forno consente di organizzare le attività di cottura in modo adeguato. Relativamente alla caciotta biologica, ha un gradimento del 63%, anche in questo caso è abbinata alla vellutata di zucca con crostini integrali, che in passato ha sempre avuto un buon gradimento. Su richiesta di **RCCM** si precisa che i crostini vengono consegnati nei refettori all’interno di sacchetti, e poi insegnanti o scodellatrici li distribuiscono ai bambini. In ogni caso si terrà monitorato l’andamento dei gradimenti per valutare da gennaio eventuali modifiche e azioni di miglioramento. **RCCM** chiede chiarimenti circa l’associazione risotto-patate-fagiolini e **Milano Ristorazione** chiarisce che, in questo caso, le patate sono abbinare ad una verdura (fagiolini) in quantità proporzionata.

Si passa alla seconda osservazione *“Sono richiesti più legumi”* e **Milano Ristorazione** precisa che al momento sono presenti 2 volte al mese come secondi piatti e 2 volte come primi piatti, rispettando quanto indicato da ATS che richiede i legumi almeno 1 volta a settimana. Nei secondi piatti sono presenti come crocchette con legumi e crocchette di lenticchie, mentre come primi piatti nella pasta pasticciata al ragù di soia e nella pasta biologica al ragù di soia. Su richiesta di **RCCM** si precisa che la soia tra tutti i legumi è quella che offre l’apporto proteico migliore. **Milano Ristorazione** propone in ogni caso la reintroduzione di un altro primo piatto con legumi, la pasta integrale al pomodoro biologico con lenticchie il cui gradimento era del 52%, aumentando così a 5 volte il consumo di legumi nell’arco del mese e terrà monitorato l’andamento in itinere del primo

piatto. **Comune di Milano** chiede in quale giorno verrà reintrodotta il piatto e **Milano Ristorazione** risponde che sarà in menù il lunedì della seconda settimana, in associazione con il pollo al forno.

Si passa alla terza osservazione *“È richiesta più varietà di pesce e non solo nasello (opportunità garantita nei nidi)”* e **Milano Ristorazione** precisa che nel menù scolastico al momento sono presenti nasello e merluzzo: pesci affini tra di loro, ma differenti. La platessa è presente nel menù nidi e non viene estesa allo scolastico per via della sua estrema delicatezza che, sia in produzione, sia in fase di somministrazione, la rendono non compatibile con i numeri e le modalità di servizio dell’utenza scolastica. Inoltre, nel menù inverno 2017/18 la platessa impanata non aveva raggiunto un alto gradimento, così come il burger di trota previsto nel menù inverno 2018/19. Milano Ristorazione valuterà per il prossimo menù inverno l’inserimento di un’altra varietà di pesce, poiché l’affidamento della fornitura attualmente in vigore non contempla altre tipologie di pesce.

Si passa alla quarta osservazione *“Permane la sensazione, già segnalata, che ci siano troppe ripetizioni di carote, si richiede se possibile più varietà nella scelta delle verdure”* e **Milano Ristorazione** segnala che le carote sono il contorno più gradito (54-56%), dopo le patate. Propone la sostituzione di un contorno di carote con i finocchi in insalata, che però sono meno graditi (46%), restando nell’ambito dei contorni crudi. Si potrebbero poi sostituire i finocchi con un contorno cotto, come i broccoli all’olio, che però registrano livelli di gradimento scarsi. **RCCM** suggerisce una sperimentazione di broccoli a vapore in alcuni refettori scolastici e **Milano Ristorazione** risponde favorevolmente, escludendo gli utenti con dieta speciale dal test di gradimento. Relativamente alla varietà di verdure proposte, si suggerisce il reinserimento delle zucchine come contorno, il cui gradimento è mediamente accettabile. Le zucchine al forno sono inserite al posto dei finocchi in insalata il giovedì della seconda settimana, mentre i finocchi sostituiscono le carote il giovedì della terza settimana, così si riducono le carote di 1 volta e si mantiene il bilanciamento delle verdure fresche, aggiungendo una varietà di verdura cotta. Per la preparazione delle zucchine al forno, che dai dati di gradimento come sottolinea anche il **Comune di Milano** risultano parzialmente rifiutate, verrà posta attenzione alla cucinatura e alla consistenza finale del contorno.

Si passa al punto successivo *“Si ribadisce la necessità di variare le ricette delle frittate, suggeriamo l’inserimento di verdure nella ricetta”*, **Milano Ristorazione** precisa che nel menù la frittata è proposta 3 volte, tutte liscie in quanto è la ricetta che riscontra maggior gradimento (66%) mentre quando in passato è stata proposta con porri, erbe, zucchine o patate il gradimento era stato inferiore. **RCCM** si chiede se inserendo le erbe nella frittata aiuti a consumare più facilmente questa verdura non gradita, ma **Milano Ristorazione** spiega che la quantità di erbe inserita sarebbe comunque minima e non risolverebbe il problema. Eventualmente però propone di fare una sperimentazione anche per la frittata con verdure come per i broccoli, **RCCM** lascia alla valutazione di Milano Ristorazione, già soddisfatti per la sperimentazione sui broccoli.

Milano Ristorazione dichiara che intende fare una ricerca su quello che fanno in altre città, comuni grandi e con sistemi comparabili con il nostro, come il Comune di Torino, e chiede al Comune di Milano un aiuto nel recuperare i contatti.

RCCM apre una questione interna sostenendo che non siano state condivise con Milano Ristorazione le note ai menù del Municipio 4, ma viene ribattuto che il sunto dei riscontri pervenuti da tutti i Municipi è stato condensato nel documento inviato a Milano Ristorazione. Si è quindi rimandata la risoluzione della questione interna della Rappresentanza a un momento successivo alla riunione.

A seguire **RCCM** propone le primarie Leonardo da Vinci e Dora Baltea per la sperimentazione dei broccoli e **Milano Ristorazione** conferma che lo terrà presente.

Si passa al punto in cui viene chiesto *“Perché siano stati eliminati i piatti Pasta pomodoro bio e lenticchie e risotto alla zucca”*, **Milano Ristorazione** conferma, come detto in precedenza, che verrà reinserita la pasta con pomodoro bio e lenticchie e spiega che il risotto con la zucca viene sostituito dalla vellutata con la zucca con crostini integrali, che ha sempre avuto un buon gradimento, tenendo sempre monitorato il suo gradimento nel corso del menù per valutare eventuali modifiche da gennaio.

In merito alla richiesta sulla differenza tra le ricette della pasta al ragù di soia e quella pasticciata al ragù di soia, **Milano Ristorazione** precisa che pasta pasticciata è un piatto unico e la differenza è che in quest’ultima è impiegata la besciamella e c’è una quantità maggiore di soia e di parmigiano reggiano.

Circa il perché è stato tolto il purè di patate, **RCCM** sottolinea che questo creerà grandissimo scontento, **Milano Ristorazione** spiega che quando diamo le patate dobbiamo associarle a un piatto con verdure per indicazione ATS e per avere suo parere favorevole. Non è possibile associare il purè e un primo piatto in brodo perché entrambi richiedono le stesse attrezzature per la produzione. L’anno scorso era abbinato alla pasta con ragù bianco di verdure che però non era gradito. **RCCM** insiste però che questa eliminazione creerà grande disappunto, in quanto è il contorno più gradito, come conferma anche Comune di Milano. **Milano Ristorazione** propone come soluzione quella di inserire il purè al posto del primo piatto, come fosse un piatto unico abbinato agli straccetti di tacchino, ad esempio, ma non è auspicabile per **RCCM**, anche perché implicherebbe eliminare i ravioli di magro che sono un primo piatto molto gradito. **Comune di Milano** chiede con cosa fosse abbinato il purè nel menù inverno precedente in cui era inserito. **Milano Ristorazione** ribadisce che era abbinato ai malloreddus con ragù bianco, che non era gradito e si era pensato di eliminare, ma dato che il poco gradimento può essere attribuito anche al formato di pasta di difficile cottura, propone di reinserire un primo piatto con una buona quantità di verdure, migliorando la ricetta del ragù bianco di verdure e usando un formato di pasta diverso dai malloreddus, in modo da consentire il reinserimento del purè, confidando su parere favorevole di ATS che aveva approvato lo stesso l’anno scorso.

Si terrà comunque monitorato il gradimento di questo primo piatto per valutare eventuali miglioramenti necessari nella ricetta.

RCCM nel confronto propone anche un primo piatto come la pasta con zucchine, ma **Milano Ristorazione** risponde che in passato non era gradita.

Sui 3 punti successivi **RCCM** conferma che erano propedeutici a quanto affrontato sopra, quindi si passa alla *“Ricetta della pasta alla pizzaiola”* dei nidi, in merito alla quale **Milano Ristorazione** conferma che non prevede formaggio filante ma il parmigiano reggiano, insieme a pomodoro, origano e aglio, e indica il link al documento pubblicato sul proprio sito contenente gli ingredienti e le grammature delle ricette dei menù, nel quale sono indicati tutti gli ingredienti utilizzati:

https://www.milanoristorazione.it/files/Famiglie/Cosa_si_mangia/Grammature/estate_2022/MiRi_-_Grammature_crudo_nidi_12-36_estate_2022_WEB.pdf

Si passa al punto *“Riflessione sull’insalata che risulta essere parzialmente gradita”*, e **Milano Ristorazione** riferisce che la tipologia di insalata più apprezzata dagli italiani è l’iceberg, che però ha un problema perché dopo poco tempo dal taglio si ossida, diventa rosata e non sarebbe semplice da gestire. In primavera 2023

sarà in scadenza il contratto dell'insalata, pertanto, farà una ricerca per trovare una tipologia di prodotto più appetibile ma adeguata dal punto di vista della presentazione e conservazione e meno amarognole. **RCCM**, infatti, conferma che l'amaro è la principale causa del non gradimento di questo contorno.

Relativamente all'ultimo tema riguardante le diete, **RCCM** anticipa che se ne parlerà in maniera approfondita nell'apposito Tavolo tecnico, con l'obiettivo di rendere i nostri menù più fruibili per tutti. **Milano Ristorazione** precisa che le frittate sono già disponibili nel menù di chi esclude latte e derivati mentre, per quanto riguarda le panature del menù senza glutine, si provvederà ad organizzare una nuova prova di panatura priva di glutine che offra una resa migliore rispetto alla prova già fatta qualche anno fa. Se l'esito sarà positivo, si potrà utilizzare questa panatura per tutti gli utenti, in modo da non incorrere in problemi di sicurezza legati alla difficile distinzione visiva tra le panature con e senza glutine.

Comune di Milano parla delle merende dello scolastico, segnalando che i bambini più piccoli dell'infanzia fanno fatica a mangiare i cracker di riso e chiede se sia possibile per loro sostituirli con i biscotti, come nei nidi. **Milano Ristorazione** spiega che il sistema non consente di sostituire un prodotto solo per la scuola d'infanzia e non per primaria e secondaria, e precisa che i biscotti dei nidi sono proprio quelli classici per la prima infanzia e ricorda che il cracker di riso è stato scelto in quanto adatto anche agli utenti celiaci e quindi più inclusivo. In ogni caso accoglie la segnalazione e pensa alle possibili soluzioni, tra cui la possibilità di differenziare a sistema il menù infanzia da quello degli altri cicli scolastici. Si tratta di un intervento molto complesso, ma lo sta valutando con i Sistemi Informativi e il **Comune di Milano** conferma che sarebbe utile poter differenziare il menù dei bimbi dell'infanzia, più piccoli rispetto a quelli di primarie e secondarie.

Si conclude quindi considerando il menù approvato con le modifiche trattate nell'incontro e verrà mandato poi a RCCM e Comune di Milano per presa visione.

Comune di Milano con l'occasione avvisa RCCM che sono in procinto di inviare il comunicato relativo ai Centri Estivi per il quale si richiede un riscontro tempestivo e nel quale come disposizioni si ritorna a quelle pre-Covid.

Fine lavori ore 19.02

ALLEGATI:

1. Allegato 1: Bozze menù inverno 2022-23 scuole e nidi
2. Allegato 2: Osservazioni RCCM su bozze menù inverno 22-23

LETTO, APPROVATO, SOTTOSCRITTO

- **Rappresentanza Cittadina Commissioni Mensa**
- **Comune di Milano – Area Food Policy**
- **Milano Ristorazione**

Milano, 13/06/2022

INVERNO	1° SETTIMANA	2° SETTIMANA	3° SETTIMANA	4° SETTIMANA
LUNEDÌ	Risotto alla parmigiana Crocchette con legumi 📅 🕒 🏠 Carote julienne Frutta fresca di stagione 🌿	Pasta integrale biologica al pomodoro biologico Pollo 🌿 al forno al rosmarino Insalata di stagione Frutta fresca di stagione	Carote julienne Pizza margherita 📅 🌿 Frutta fresca di stagione 🌿	Ravioli di magro 🌿 alla salvia Chicche di filetti di merluzzo 📅 🏠 Taccole 🌿 all'olio Frutta fresca di stagione 🌿
MARTEDÌ	Malloreddus biologici al pomodoro biologico Frittata 📅 🕒 Erbette 🌿 all'olio Frutta fresca di stagione 🌿	Carote julienne Pasta biologica pasticcata al ragù di soia biologica Tortino biologico alla carota 📅	Risotto al pomodoro biologico Nasello 🌿 alla mugnaia 📅 Patate e fagiolini 🌿 in insalata Frutta fresca di stagione 🌿	Finocchi in insalata Polenta biologica Bocconcini di tacchino alla cacciatore Frutta fresca di stagione 🌿
MERCOLEDÌ	Pasta biologica agli aromi Bocconcini di tacchino gratinati 📅 Insalata di stagione Frutta fresca di stagione 🌿	Risotto allo zafferano Nasello 🌿 gratinato 📅 Fagiolini all'olio Frutta fresca di stagione 🌿	Pasta di farro biologica al pesto 🌿 Cotoletta di lonza alla milanese 📅 Insalata di stagione Frutta fresca di stagione 🌿	Vellutata di zucca con crostini integrali Formaggio (caciotta biologica) Cavolfiori 🌿 gratinati 📅 Frutta fresca di stagione 🌿
GIOVEDÌ	Finocchi in insalata Pizza margherita 📅 🌿 Budino al cacao biologico equosolidale	Ravioli di magro 🌿 olio e parmigiano Straccetti di tacchino agli aromi Finocchi in insalata Frutta fresca di stagione 🌿	Gnocchi 🌿 al pomodoro biologico Frittata Carote a tronchetto Frutta fresca di stagione 🌿	Riso olio e parmigiano Rusticelle di pollo biologico 📅 🕒 Carote julienne Frutta fresca di stagione 🌿
VENERDÌ	Pasta biologica al pesto 🌿 Bastoncini di pesce 📅 🌿 Carote a tronchetto Frutta fresca di stagione 🌿	Passato di verdura con crostini integrali Formaggio (crescenza biologica) Patate 🌿 arrosto 📅 Frutta fresca di stagione 🌿	Pasta biologica olio e parmigiano Crocchette con lenticchie 🏠 Fagiolini 🌿 agli aromi Frutta fresca di stagione 🌿	Pasta integrale biologica al ragù di soia biologica Frittata 📅 🕒 Insalata di stagione Frutta fresca di stagione 🌿

🌿 A rotazione secondo disponibilità 📅 Cottura al forno 🕒 Con utilizzo di uova biologiche 🏠 Produzione Sammartini 🌿 Alimento surgelato all'origine

Mele, pere, arance, clementine, uva, carote, insalata e zucca sono di origine biologica, salvo indisponibilità di mercato.

A tavola viene servita acqua del Comune di Milano la cui potabilità è controllata dall'azienda MM S.p.A.

Per la preparazione del pasto vengono utilizzati esclusivamente olio extravergine di oliva e sale iodato.

Una volta alla settimana viene proposto pane di farina integrale biologica e pane ai cereali. Una settimana al mese viene proposto pane di farina biologica.


📅 Piatti che non erano presenti nel menù invernale 2021/2022

Validità: dal 17/10/2022 al 16/04/2023

INVERNO	1° SETTIMANA	2° SETTIMANA	3° SETTIMANA	4° SETTIMANA
LUNEDÌ	Zucchine trifolate Pasta biologica gratinata  Frutta fresca di stagione 	Risotto allo zafferano Formaggio (crescenza biologica) Carote trite o julienne Frutta fresca di stagione 	Risotto al pomodoro biologico e basilico* Formaggio (scaglie di parmigiano) Finocchi gratinati  Frutta fresca di stagione 	Pasta biologica al pomodoro biologico e basilico* Frittatina  Fagiolini* all'olio Frutta fresca di stagione 
MARTEDÌ	Pasta integrale biologica alla pizzaiola Nasello* gratinato  Fagiolini* all'olio Frutta fresca di stagione 	Pasta biologica al pomodoro biologico e basilico* Nasello* al limone  Fagiolini* e patate all'olio Frutta fresca di stagione 	Pastina biologica in brodo con verdure Sformato con lenticchie  Carote trite o julienne Frutta fresca di stagione 	Crema di cannellini con pasta biologica Nasello* gratinato  Zucchine trifolate Frutta fresca di stagione 
MERCOLEDÌ	Passato di verdura con riso Pollo biologico al forno  Carote brasate Frutta fresca di stagione 	Polenta biologica Bruscitti di vitellone con verdure Frutta fresca di stagione 	Zucchine trifolate Pasta biologica al ragù di vitellone Frutta fresca di stagione 	Pasta biologica agli aromi Tortino con patate e piselli*  Erbette* all'olio Frutta fresca di stagione 
GIOVEDÌ	Pasta biologica al pesto* Sformato con lenticchie  Spinaci* all'olio Frutta fresca di stagione 	Pasta biologica agli aromi Lenticchie in umido con pomodoro biologico Zucchine trifolate Frutta fresca di stagione 	Risotto alla parmigiana Frittatina con spinaci*  Purè di zucca Frutta fresca di stagione 	Polenta biologica Bocconcini di tacchino con verdure Frutta fresca di stagione 
VENERDÌ	Risotto con zucchine Platessa* alla mugnaia  Fagiolini* all'olio Frutta fresca di stagione 	Passato di verdura* con pasta di farro biologico Frittatina con erbette*  Purè di patate Frutta fresca di stagione 	Minestra d'orzo biologico Nasello* al pomodoro biologico  Macedonia di patate, carote e piselli* Frutta fresca di stagione 	Risotto con zucca Ricotta di pecora Carote trite o julienne Frutta fresca di stagione 

 A rotazione secondo disponibilità

 Cottura al forno

 Con utilizzo di uova biologiche





* Alimento surgelato all'origine


Burro, olio extravergine di oliva e polpa di pomodoro sono prodotti biologici. Ortofrutta biologica, eccetto sedano, salvo indisponibilità di mercato.


A tavola viene servita acqua del Comune di Milano la cui potabilità è controllata dall'azienda MM S.p.A..

Una volta alla settimana viene proposto pane di farina integrale biologica e pane ai cereali. Una settimana al mese viene proposto pane di farina biologica.


Per la preparazione del pasto viene utilizzato esclusivamente olio extravergine di oliva biologico. Non è prevista l'aggiunta di sale per il pasto dei bambini.

INVERNO	1° SETTIMANA	2° SETTIMANA	3° SETTIMANA	4° SETTIMANA
LUNEDÌ	Pane e cioccolato	Pane e confettura	Polpa di frutta e crackers di riso biologico	Budino al cacao biologico equosolidale
MARTEDÌ	Torta alle mele 	Yogurt biologico	Torta margherita 	Focaccia
MERCOLEDÌ	Yogurt biologico	Focaccia	Focaccia	Pane e confettura
GIOVEDÌ	Polpa di frutta e crackers di riso biologico	Budino al cacao biologico equosolidale	Pane e cioccolato	Yogurt biologico
VENERDÌ	Focaccia	Torta allo yogurt 	Yogurt biologico	Torta al cacao 

 Piatti che non erano presenti nel menù merende inverno 2021/2022

 con utilizzo di uova biologiche

INVERNO	1° SETTIMANA	2° SETTIMANA	3° SETTIMANA	4° SETTIMANA
LUNEDI'	Torta alle mele 	Latte e biscotti	Polpa di frutta e biscotti	Torta alle mele 
MARTEDI'	Yogurt biologico	Yogurt biologico	Yogurt biologico	Yogurt biologico
MERCOLEDI'	Polpa di frutta e biscotti	Polpa di frutta e biscotti	Torta alle mele 	Latte e biscotti
GIOVEDI'	Focaccia	Torta alle mele 	Focaccia	Polpa di frutta e biscotti
VENERDI'	Yogurt biologico	Focaccia	Yogurt biologico	Focaccia

 con utilizzo di uova biologiche

ALLEGATO 2

Bozza menù inverno nidi e scuole a.s. 2022/23 > Osservazioni RCCM del 10-06-2022

Come di consueto abbiamo condiviso i documenti con i commissari mensa che hanno potuto riportare numerosissimi feedback che sono stati per noi spunto di riflessione e che vi riportiamo per macro aree.

- *Molto apprezzato il reinserimento delle minestre, si richiede spostare il secondo di formaggio in altra giornata inserendo un secondo tra quelli più graditi.*
- *Sono richiesti più legumi*
- *E' richiesto più varietà di pesce e non solo nasello (opportunità garantita nei nidi)*
- *Permane la sensazione, già segnalata, che ci siano troppe ripetizioni di carote, si richiede se possibile più varietà nella scelta delle verdure;*
- *Si ribadisce la necessità di variare le ricette delle frittate, suggeriamo l'inserimento di verdure nella ricetta;*

Cogliamo l'occasione per fare alcune domande su questi piatti eliminati:

- ***Pasta pomodoro bio e lenticchie e risotto alla zucca*** che risultano PA (Parzialmente accettato (indice di gradibilità tra 50% e 74%))
- ***Pasta biologica pasticciata al ragù di soia biologica PR*** e si reinserisce la Pasta integrale biologica al ragù di soia biologica si chiede la differenza di ricetta.
- ***Purè TA e le zucchine PA.*** Mentre vengono mantenute nei nidi.

Mentre questi ultimi vengono mantenuti seppur con indici di gradimento decisamente inferiori dei precedenti:

- *Nasello, Chicche di Filetto di Merluzzo, Nasello alla Mugnaia, Tonno;*
- *Sformato di legumi,*
- *Cavolfiori gratinati, fagiolini gratinati e agli aromi, taccole ed erbe.*

Inoltre, richiediamo la ricetta della pasta alla pizzaiola.

Ci corre l'obbligo fare una riflessione sull'insalata che risulta essere parzialmente gradita, forse insieme possiamo fare qualcosa per rendere questo contorno più appetibile.

Infine, tema che vorremo trattare anche durante il nostro prossimo incontro sulle diete, è quello dell'inclusività a tutti noi molto molto caro: molti piatti del menù generale con piccole variazioni potrebbero essere usati per alcune diete. Due esempi concreti molto basilari: le impanature, molto frequenti, potrebbero essere fatte con farina di mais ed essere così fruibili anche per celiaci, le frittate potrebbero essere fatte senza formaggio ed essere quindi utilizzate anche da chi ha intolleranze ai latticini.