



Comune di
Milano



Progetto educativo di educazione alimentare

Tutti a tavola: mangiando si impara

Anno Scolastico 2025-26
Servizi all'infanzia



Presentazione del progetto

Tutti a tavola: mangiando si impara intende coinvolgere educatrici/educatori e bambini/e in un percorso formativo ed esperienziale che mira ad accrescere la conoscenza e la consapevolezza su rilevanti temi connessi al cibo e all'alimentazione sana e sostenibile, favorendo **il gradimento del pasto** scolastico e, di conseguenza, contribuendo alla riduzione dello spreco alimentare dovuto anche alla poca conoscenza degli alimenti che compongono i piatti.

Le attività sono realizzate dal Comune di Milano, Area Food Policy, e da Milano Ristorazione in collaborazione con Fondazione Cariplo.

Obiettivi del progetto

Il progetto **Tutti a tavola: mangiando si impara** è orientato a raggiungere i seguenti obiettivi principali:

- **garantire al personale educativo conoscenze e competenze** - aggiornate, efficaci e fondate su solide basi scientifiche - nel campo dell'alimentazione sana e sostenibile, grazie a materiali prodotti ad hoc e a diversi momenti di incontro, scambio e formazione.
- **accrescere (nel personale educativo, nei bambini/e e nelle famiglie) la conoscenza del sistema di refezione scolastica milanese** attraverso visite ai centri cucina di Milano Ristorazione e opportunità di incontro e scambio con il personale addetto alla preparazione dei pasti, nell'ottica del miglioramento del servizio e della costruzione di un senso di "comunità educante" intorno al cibo.
- **potenziare le opportunità educative** attraverso strumenti di educazione alimentare adattabili a ciascuna fascia d'età, applicabili trasversalmente in tutte le discipline e in tutto il tempo scuola, incluso il momento del pasto.
- **aumentare le occasioni di approfondimento** (incontri, webinar, visita al proprio centro cucina, ecc.) sui temi dell'alimentazione sana e sostenibile per bambini/e e per le loro famiglie.

Target

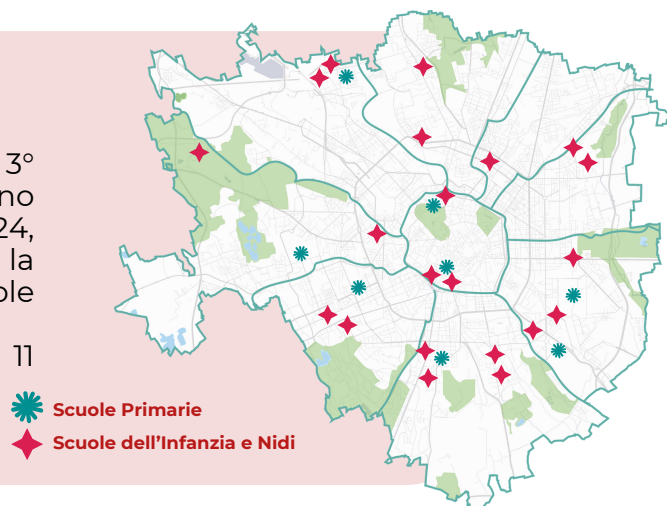
Il target dell'iniziativa è costituito da **educatrici/educatori, bambini/e** dei servizi all'infanzia e le loro **famiglie**.

Saranno coinvolte 11 scuole, ogni scuola aderente potrà partecipare con un gruppo da 25 bambini - età 4 -5 anni.

3° edizione del progetto

Questa proposta didattica è sviluppata per il 3° anno consecutivo. Nelle prime edizioni sono state coinvolte 11 scuole dell'infanzia nel 2023/24, poi cresciute a 21 nel 2024/25, quando per la prima volta sono state incluse anche 8 scuole primarie.

Nell'anno scolastico 2025-26 il target è di 11 scuole infanzia e 11 scuole primarie.



Attività programmate per l'anno educativo 2025/2026

Il percorso proposto prevede le seguenti fasi:



1. Formazione

2 incontri formativi teorico-pratici, in presenza, della durata di 2 ore ciascuno, destinati alle/agli insegnanti delle classi coinvolte.

Primo incontro: IL CIBO NELLA MENSA SCOLASTICA

12 novembre 2025, 14.30 - 16.30, presso il Centro Cucina di Via Sammartini 73, Milano Ristorazione

Temi principali:

- lo sguardo educativo sul cibo e sul momento del pasto
- l'approccio al cibo dall'infanzia all'adolescenza: percezione del cibo, approccio al piatto
- le abitudini alimentari sane e sostenibili
- la refezione scolastica a Milano: funzionamento del servizio ed elaborazione dei menu

Secondo incontro: IL CIBO IN SEZIONE E ALL'APERTO

26 novembre 2025, 14.30 - 16.30 (luogo, centrale, da definire)

Temi principali:

- presentazione dei materiali e delle iniziative a disposizione di ogni sezione per svolgere laboratori e attività sia in classe sia all'aperto (giardino, orto, uscite didattiche)
- co-design dei percorsi educativi

La formazione è curata dall'Area Food Policy e Area Infanzia del Comune di Milano, da ATS Milano e da Milano Ristorazione. I fondamenti teorici del percorso traggono spunto dal "*Manuale per la progettazione dei menù scolastici*" redatto dall'**Università di Scienze Gastronomiche di Pollenzo** (UNISG).

I programmi dettagliati verranno inviati a seguito della conferma di adesione al progetto.





2. Educazione alimentare in sezione e orti didattici

Affinché i bambini e le bambine possano sentirsi parte attiva del progetto, è necessario garantirgli continuità attraverso un percorso a tappe che li coinvolga durante tutto il corso dell'anno.

A tale fine vorremmo proporre al personale educativo alcuni materiali di approfondimento e proposte ai laboratorio e sperimentazione, per tutto l'anno educativo fino a giugno 2026.

Attività:

- Introduzione di alcune pratiche sperimentali da realizzare al momento del pasto: **apparecchiatura da parte** dei bambini e delle bambine e **sbucciatura e porzionatura** della frutta (solo alcuni formati)
- realizzazione **dello spettacolo teatrale in sezione/scuola "Semi pazzi"** nel mese di novembre/dicembre per dare avvio al percorso
- realizzazione di un **percorso sugli orti didattici di 8 ore** (2 di coprogettazione e 6 di laboratorio con le sezioni coinvolte con esperti esterni)

Sarà possibile richiedere anche alcuni materiali di supporto per l'attività limitatamente alle disponibilità del progetto.

Periodo di realizzazione: novembre 2025 - giugno 2026.



3. Incontri di informazione per famiglie in presenza

MANGIARE A CASA E A SCUOLA - gennaio 2026 (da definire orario presso le sedi di ciascuna scuola dell'infanzia)

L'incontro destinato alle famiglie delle scuole aderenti, ha l'obiettivo di coinvolgerle nel percorso intrapreso a scuola e per fornire strumenti utili a valorizzare l'educazione alimentare anche a casa.

Temi principali:

- approccio al cibo (percezione del cibo, approccio al piatto, abitudini alimentari sane e sostenibili)
- aspetti nutrizionali e criteri di elaborazione dei menu scolastici
- esperienze educative per tutta la famiglia
- strategie per affrontare i piccoli ostacoli quotidiani

La formazione è curata dall'area Food Policy del Comune di Milano, da ATS Milano città metropolitana e da Milano Ristorazione.



4. Visite in Cascina di Milano

Sarà possibile effettuare una visita presso Cascina Battivacco nel mese febbraio/marzo 2026.



5. Visite nel proprio centro cucina

Ogni sezione della scuola dell'infanzia potrà visitare il proprio Centro Cucina e accedere agli spazi di lavorazione, al fine di incontrare i cuochi e scoprire dove e come viene preparato il pasto.

Le visite saranno l'occasione per soddisfare le curiosità dei bambini e delle bambine rispetto al funzionamento delle attrezzature, ai processi di trasformazione, all'organizzazione del lavoro, agli ingredienti, alle ricette.

Periodo: dicembre 2025 / maggio 2026
(date da concordare con ogni scuola)
dalle 14.30 alle 15.30 circa.

Il trasporto dovrà essere organizzato in modo autonomo.



L'educazione alimentare a scuola: i perché del progetto

Il Comune di Milano ha adottato nel 2015 la propria Food Policy basata su 5 priorità. Tra queste, oltre alla **sostenibilità** del sistema alimentare nel suo complesso, troviamo anche l'**educazione al cibo sano**, che nel corso del tempo è diventata un'azione trasversale rivolta a tutti i soggetti (personale scolastico ed educativo, capo cuochi e personale di cucina, famiglie...) che partecipano all'attività di refezione scolastica realizzata dal Comune di Milano insieme a Milano Ristorazione.

L'educazione al cibo, intesa anche come educazione alimentare, è un motore di cambiamento verso stili di vita più salutari ma anche più sostenibili e per questo l'attuazione di programmi informativi ed educativi nelle scuole rappresenta una priorità per la città di Milano.

Gli studi dimostrano che "il cibo è componente integrante dell'ecologia dell'ambiente e degli altri esseri viventi" (Weaver Hightover, 2011) e la scuola e la mensa sono luoghi in cui occorre far crescere questa visione complessiva del rispetto degli esseri viventi e dell'ambiente in cui viviamo.

Da dove iniziare?

Bambini e bambine trascorrono la maggior parte delle loro giornate a scuola: il luogo dove si apprende, si socializza e si mangia. La loro conoscenza e consapevolezza sull'alimentazione sana e sostenibile è da ritenersi fondamentale al fine di promuovere buone abitudini alimentari a scuola, a casa e nel tempo libero. Inoltre, le azioni realizzate a scuola possono avere ricadute positive sulle scelte alimentari delle famiglie, adulti compresi.

Anche educatori e insegnanti possono contribuire al cambiamento delle abitudini dei bambini e delle bambine verso stili alimentari più sani e sostenibili in molti modi: **accompagnandoli** nell'acquisizione di conoscenze e di consapevolezza, **connettendo** il tema del cibo trasversalmente a molte discipline e attività, **adottando** il cibo come materiale educativo a tutti gli effetti, nell'ottica di una didattica più varia, laboratoriale e interdisciplinare.

Ideale punto di partenza per parlare di cibo e alimentazione è il **menu scolastico giornaliero**, proposto da Milano Ristorazione ed elaborato nel rispetto delle seguenti norme e linee guida:

- **LARN** (Livelli di Assunzione di Riferimento di Nutrienti ed energia per la popolazione italiana).
- **Linee di Indirizzo Nazionale per la ristorazione ospedaliera, assistenziale e scolastica** del *Ministero della Salute*
- **Linee Guida per la ristorazione scolastica** della *Regione Lombardia*
- **Documento d'indirizzo per l'elaborazione dei menu nella ristorazione scolastica** *ATS di riferimento - Milano, Città Metropolitana*
- **Contratto di Servizio** sottoscritto da Milano Ristorazione e Comune di Milano.

TUTTI INSIEME MANGIANDO SI IMPARA

Anno Scolastico 2025-26

Servizi all'infanzia



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, nonché il personale che ha contribuito alla redazione del presente report, non sono responsabili dell'accuratezza delle informazioni e dei dati citati.

Comune di Milano
Direzione Educazione
Area Food Policy
Ufficio Partnership e Sviluppo Azioni

foodpolicy@comune.milano.it
02.884.45694

Giugno 2025

Milano Ristorazione
Direzione Gestione Operativa
Ufficio Relazioni Esterne
Ufficio Qualità e Sicurezza Alimentare



Comune di
Milano