

SCHEDA: Le mense scolastiche dovrebbero offrire solo opzioni vegetariane

L'alimentazione è un aspetto fondamentale della vita: è necessario avere una dieta variegata, equilibrata e che ci permetta di assumere tutte le sostanze nutritive di cui il nostro corpo ha bisogno. L'uomo è onnivoro, si è sempre nutrito di alimenti da tutti i gruppi (carne, pesce, verdure, legumi...) ma sono ormai diffusi regimi alimentari diversi: in particolare, la dieta vegetariana e la dieta vegana. Secondo l'Organizzazione delle Nazioni Unite per l'alimentazione e l'agricoltura, gli animali da allevamento sono responsabili del 14,5% delle emissioni globali di gas serra. Un rapporto del 2019 dell'IPCC ha descritto le diete a base vegetale come una grande opportunità per mitigare i cambiamenti climatici; per questa ragione in Europa sempre più mense scolastiche offrono principalmente pasti vegani e vegetariani.

Tesi PRO: Le mense scolastiche dovrebbero offrire solo opzioni vegetariane**Tesi CONTRO: Le mense scolastiche non dovrebbero offrire solo opzioni vegetariane****SITUAZIONE ATTUALE, SCENARIO, CONTESTO**

Negli ultimi anni l'esigenza di avere modelli di alimentazione a basso impatto ambientale, insieme alla preoccupazione che un eccessivo consumo di carne sia dannoso per la salute, hanno accelerato la diffusione tra la popolazione di una dieta vegetariana. È sicuramente vero che ridurre gli alimenti di origine animale, soprattutto se ricchi di grassi saturi, abbia un effetto positivo sulla salute; ed è anche vero che l'impatto degli allevamenti a scopo alimentare pesa molto nel bilancio dell'impronta ecologica dell'essere umano. A Berlino dal 2021 le mense universitarie della città offrono principalmente opzioni vegetariane e vegane per ridurre l'impatto ambientale, a Lione il sindaco ecologista ha imposto nelle mense scolastiche un menù privo di carne dal 2022. In Italia è possibile per i genitori richiedere che la mensa scolastica serva pasti vegetariani o vegani ai figli. Tuttavia, si discute sull'eliminazione di questi alimenti dalla dieta, soprattutto se si parla di bambini e ragazzi, in molti contestano questa scelta; infatti, i menù scolastici vengono predisposti da professionisti esperti sulla base dei fabbisogni energetici e nutrizionali (LARN) degli studenti: devono essere equilibrati e adeguati, con una copertura energetica per il pasto di circa il 35-40% del fabbisogno di energia giornaliera. Non solo la qualità e le capacità nutritive devono essere considerate nella scelta del menù scolastico, ma anche il ruolo del pasto a scuola come momento di educazione all'alimentazione.

Argomenti PRO

- L'adozione della dieta vegetariana può ridurre l'impatto ambientale della ristorazione scolastica.
- La dieta vegetariana è una dieta sana e completa, oltre che rispettosa dell'ambiente.
- Adottare una dieta vegetariana a scuola è un modo per educare e sensibilizzare studenti e famiglie.

Argomenti CONTRO

- La dieta vegetariana non rispetta la necessità di un'alimentazione completa in fase di crescita.
- L'adozione da parte delle mense scolastiche di una dieta vegetariana non è sufficiente ad avere un vero impatto sull'ambiente.
- Il ruolo educativo del pasto a scuola non può essere svolto con l'esclusione di un intero gruppo alimentare.

Spunti per l'approfondimento:

- AIRC: [Dieta vegetariana: pro e contro](#)
- Sanità Informazione: [Alimentazione Veg per i bambini a scuola senza prescrizione medica.](#)
- Ministero della salute: [Linee di indirizzo nazionale per la ristorazione scolastica](#)