

## **El almuerzo educativo**

El momento del almuerzo constituye uno de los aspectos más significativos de la vida en la guardería, no solo desde el punto de vista nutricional, sino también desde el afectivo y relacional en cuanto constituye una experiencia de convivencia, intercambio y diálogo entre niños/as, y entre niños/as y adultos.

Para un/una niño/a la comida es una importante ocasión de juego y de estímulo para su curiosidad y, en un clima de bienestar y placentero, se convierte también en una gran oportunidad de aprendizaje, sea para los/as niños/as muy pequeños/as, que manipulan, se ensucian y prueban, que para los/as más grandes que, casi con comportamiento científico, observan, evalúan, reconocen la consistencia de la comida, del agua y del uso de los diversos cubiertos.

Justamente considerando el fuerte valor cognitivo, afectivo y emotivo, el almuerzo en la guardería es cuidado, por el grupo de trabajo, en cada mínimo detalle, desde la disposición de las mesas en pequeños grupos, la asignación de un lugar fijo para cada uno de los niños/as, la selección de los platos y cubiertos adecuados para cada edad y función, hasta la puesta a disposición de pequeñas jarras y bandejas para que los niños/as empiecen a servirse solos.

La posibilidad de elegir los diferentes platos y la cantidad de comida deseada permite al/la niño/a el desarrollo de la conciencia de sus propios gustos y necesidades, en la óptica de una siempre mayor autonomía y autoregulación.

Particular atención es dedicada también a la atmósfera, caracterizada por la tranquilidad, a través del uso de un tono de voz moderado y de gestos respetuosos. Para un almuerzo educativo a medida de niño y niña, es necesaria, entonces, la colaboración de todas las figuras profesionales que trabajan dentro de la guardería.

En particular el operador/a cocinero/a, que cocina para niños/as y adultos, tiene en la guardería un rol de "educador alimentario", particularmente valorizado gracias también a su presencia en la sección durante el almuerzo. También el portero/a participa activamente apoyando y acompañando a los educadores de la propia sección.

## **El menú en la guardería**

El menú de la guardería está formulado según las indicaciones de los LARN (niveles de asunción de energía y nutrientes recomendados para la población italiana). El menú está diferenciado en 4 semanas invernales y 4 semanas de verano. Está inspirado al modelo mediterráneo en el cual son privilegiados cereales, legumbres, verduras y frutas de estación e integrados con alimentos proteínicos como carne, pescado, huevos y quesos. El menú prevé también platos étnicos de diferentes países del mundo, seleccionados entre aquellos más adecuados a los/as niños/as, que son ofrecidos semanalmente dentro del menú tradicional, enriqueciéndolo así de nuevos ingredientes. Con el objetivo de garantizar una correcta alimentación han sido intrucidos algunos alimentos provenientes de la agricultura biológica y/o de hilera corta.

Para respetar las diversas exigencias de alimentación dictadas por motivos culturales y/o religiosos, que previenen la exclusión de alimentos de origen animal, existen dos menús alternativos; el primero con exclusión de carnes bovinas y de cerdo, el segundo, lácteo-ovo-vegetariano, con exclusión de todos los tipos de carnes y pescado. Para adherir a alguno de los dos menús particulares es necesario hacer solicitud utilizando los formularios dedicados a tal fin que se encuentran en la guardería misma.

El almuerzo lo preparan diariamente las/os cocineras/os de la guardería.