

DAL 5 AL 9 FEBBRAIO 2024



INTRODUZIONE ALLA
GREEN FOOD WEEK



LA GREEN FOOD WEEK
PROVA A
FARE ~~QUALCOSA~~ PER
AIUTARE IL PIANETA!



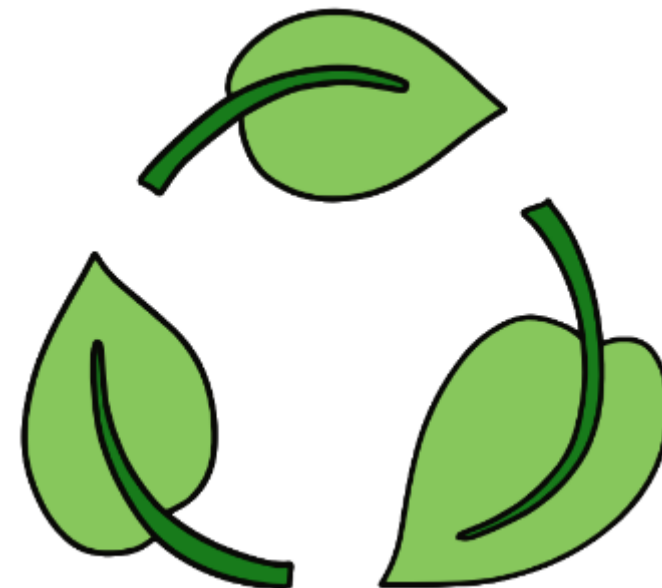
GREEN FOOD WEEK 2024: un cibo...



Buono



Sano



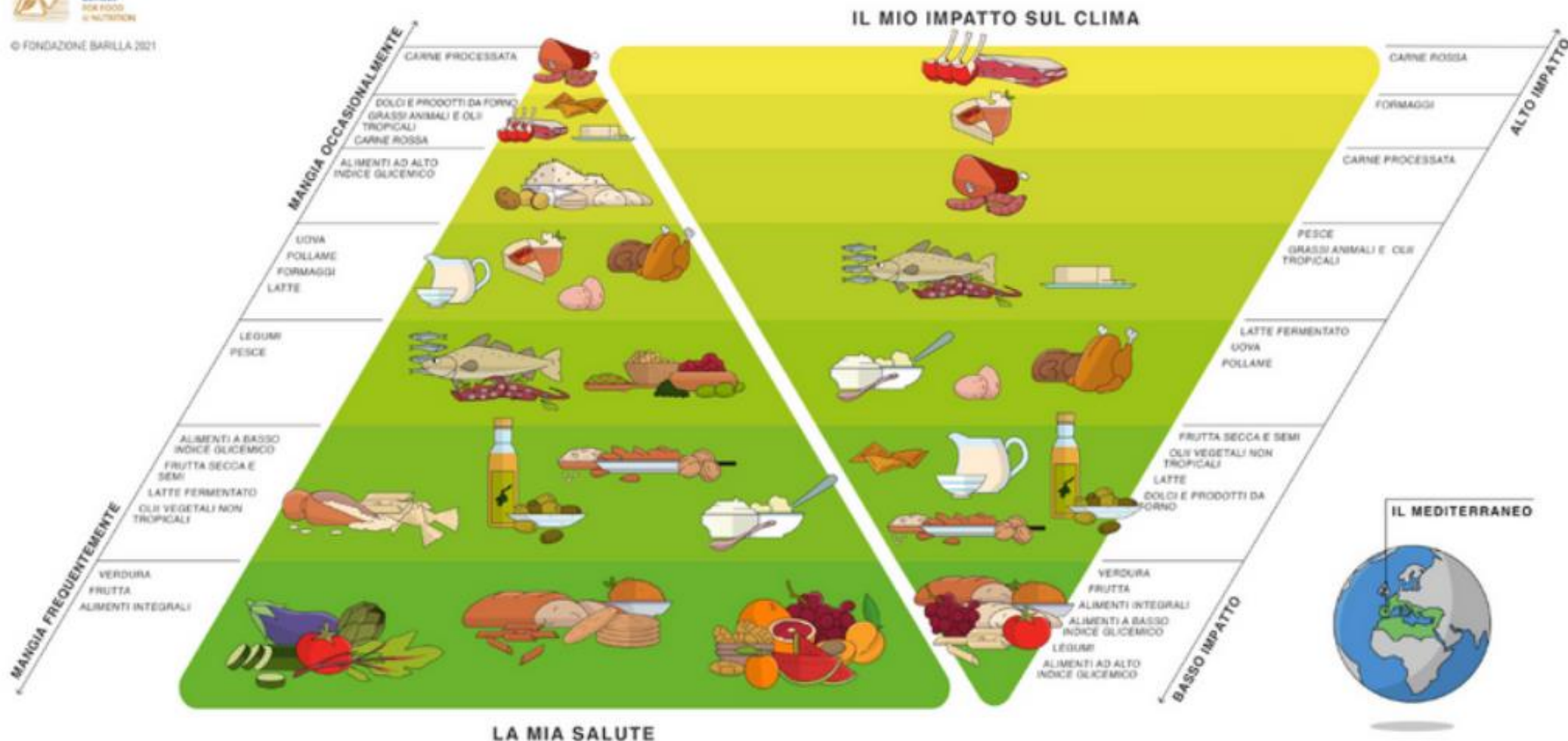
Sostenibile



L'alimentazione sana è anche amica del pianeta



© FONDAZIONE BARILLA 2021

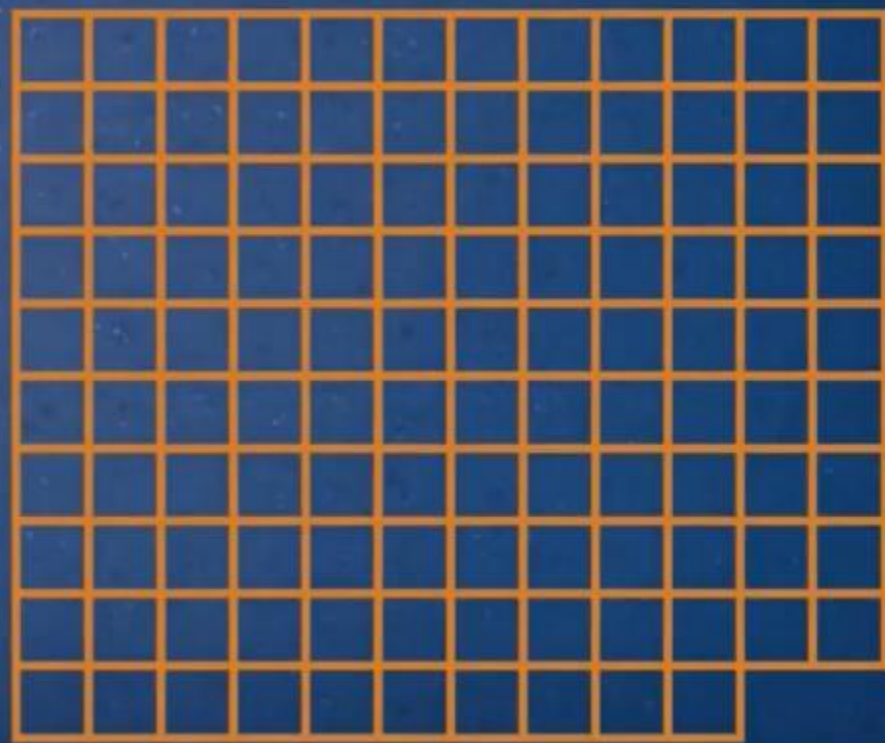
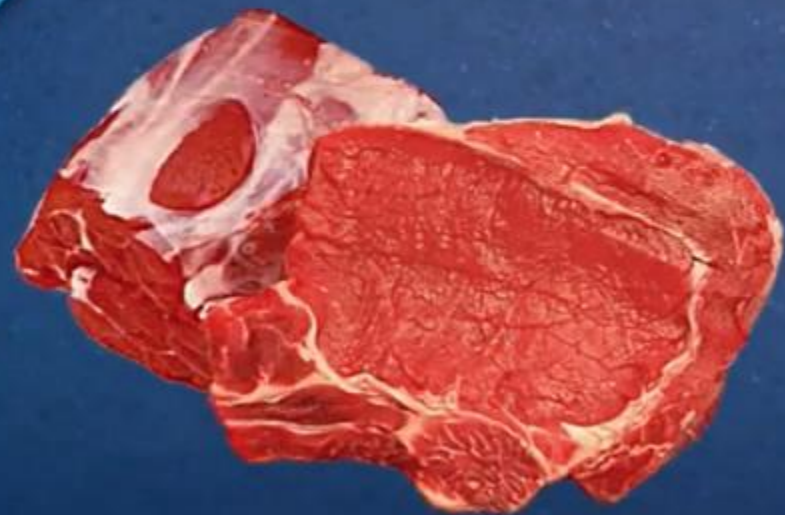


CONSUMO GIORNALIERO: **ACQUA:** ALMENO 2 LITRI | **CAFFÈ O TÈ:** MAX 3 TAZZE | **VINO:** MAX 1-2 BICCHIERI | **BIRRA:** MAX 1 LATTINA | **SALE:** MAX 1 CUCCHIAINO.
BEVANDE ZUCCHERATE: OCCASIONALMENTE.
SVOLGERE UNA REGOLARE ATTIVITÀ FISICA E VIVERE LA QUOTIDIANITÀ CON CONSAPEVOLEZZA.



L' IMPRONTA ECOLOGICA

1 kg di carne bovina = 118 m²





Emissioni di CO₂ a confronto

Carne rossa

Carne bianca

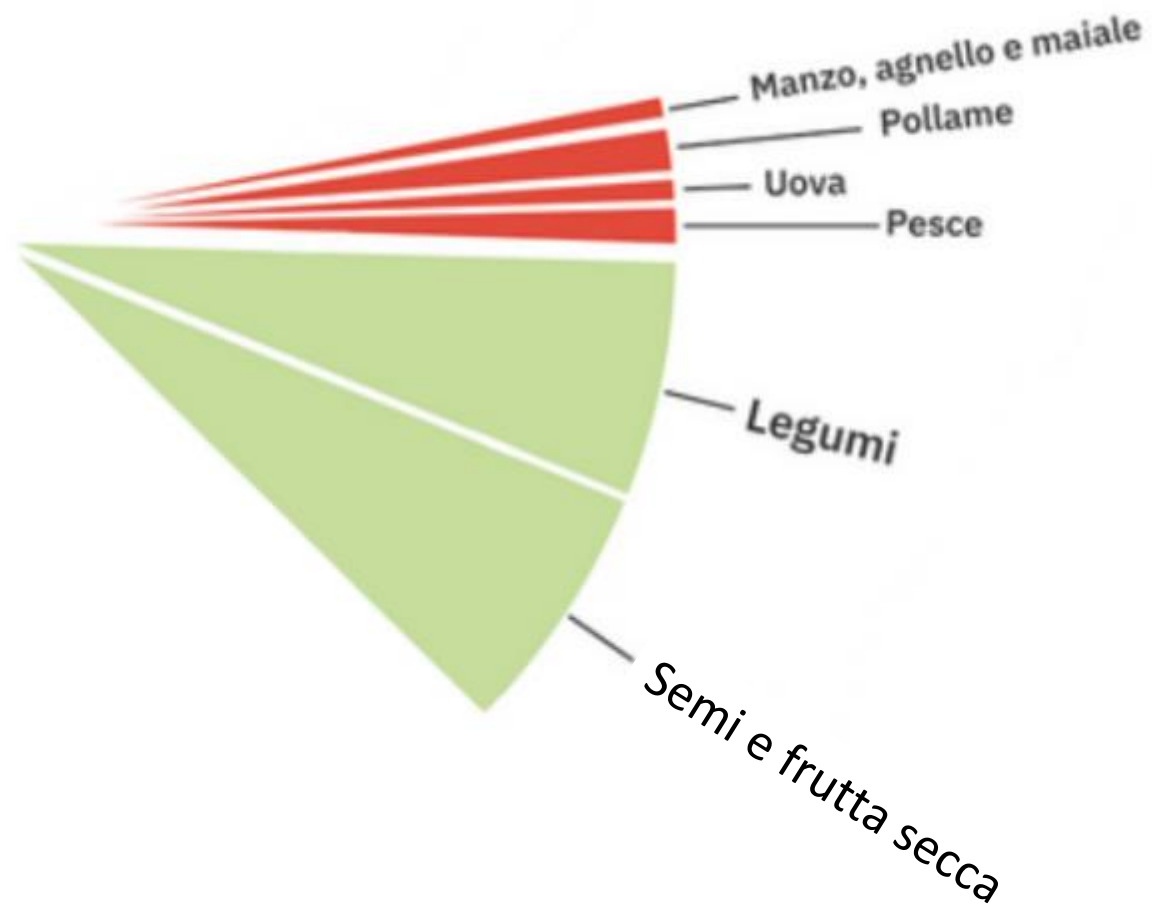
Pesce

Legumi





L'alimentazione del presente per garantire il futuro





Il cibo amico del pianeta e della salute: il legume







Il cibo inclusivo e amico del pianeta: il miglio





Il biologico per proteggere la terra

I VALORI DEL BIOLOGICO





5 cose facili da fare in mensa nella GFW

1. Privilegiare cibo a basso impatto:
legumi, verdure, miglio, grani antichi
2. Scegliere alimenti biologici
3. Preferire prodotti locali
4. Promuovere il consumo di tutto il cibo servito
5. Misurare gli scarti



Ecco il layout del menù della Green Food Week

