



Fondazione  
Università Magna Graecia



**UMG**  
*Dubium sapientiae initium*



# CIBO, AMBIENTE, FUTURO

IL FUTURO DEL PIANETA DIPENDE ANCHE DALLE SCELTE CHE FACCIAMO A TAVOLA



## MENSA UMG

DAL 7 AL 9 FEBBRAIO 2024



Fondazione  
Università Magna Graecia



**UMG**  
*Dubium sapientiae initium*



# CIBO, AMBIENTE, FUTURO

IL FUTURO DEL PIANETA DIPENDE ANCHE DALLE SCELTE CHE FACCIAMO A TAVOLA

Anche Fondazione UMG ha deciso di aderire alla Green Food Week per sedersi, idealmente, a questa grande tavolata dove i commensali di mense scolastiche, universitarie e aziendali, associazioni e medici pediatri, si uniscono per fare qualcosa per proteggere l'ambiente.

Una scelta che vuole contribuire significativamente a ridurre l'impatto dell'alimentazione sul clima in quanto, come tutti gli studi scientifici confermano, il sistema alimentare genera più di un quarto di tutte le emissioni di gas serra del pianeta.





Fondazione  
Università Magna Græcia



**UMG**  
*Dubium sapientiae initium*



# CIBO, AMBIENTE, FUTURO

IL FUTURO DEL PIANETA DIPENDE ANCHE DALLE SCELTE CHE FACCIAMO A TAVOLA

La Green Food Week è l'occasione per ritornare alla dieta Mediterranea dove i legumi sono i protagonisti del pasto, il cibo è stagionale e locale, prodotto con tecniche che preservano la fertilità del suolo (biologico), tutte condizioni che garantiscono una migliore qualità del cibo, evitando sprechi alimentari. L'iniziativa, promossa da Foodinsider, si lega a M'illumino di meno del programma Caterpillar di Rai Radio2 e coinvolge tantissime mense dal nord al sud Italia.





Fondazione  
Università Magna Græcia



**UMG**  
*Dubium sapientiae initium*



# CIBO, AMBIENTE, FUTURO

IL FUTURO DEL PIANETA DIPENDE ANCHE DALLE SCELTE CHE FACCIAMO A TAVOLA

**Nei menù che verranno proposti dal 7 al 9 febbraio alla mensa universitaria viene privilegiato il consumo di prodotti locali, biologici e alimenti a basso impatto ambientale con piatti a base di legumi e miglio a cui le Nazioni Unite ha dedicato l'anno 2023. L'ampia adesione alla Green Food Week con più di 200 Comuni e 60 università dimostra come stia aumentando la sensibilità verso un'alimentazione a basso impatto ambientale.**





Fondazione  
Università Magna Græcia



UMG  
*Dubium sapientiae initium*



# GREEN FOOD WEEK

Mercoledì 7 febbraio 2024

## Menù

Integrale di Sibari su crema di  
cavolo nero e mandorle tostate

Veganburger

Insalatina calda di orzo  
con verdure e legumi



[www.fondazioneumg.it](http://www.fondazioneumg.it)





Fondazione  
Università Magna Græcia



UMG  
*Dubium sapientiae initium*



# GREEN FOOD WEEK

Giovedì 8 febbraio 2024

## Menù

Hummus di lenticchie rosse  
al profumo di bergamotto

Focaccia integrale patè  
di cime di rapa e carciofi croccanti

Medaglioni di patate e broccoli



[www.fondazioneumg.it](http://www.fondazioneumg.it)





Fondazione  
Università Magna Græcia



UMG  
Dubium sapientiae initium



# GREEN FOOD WEEK

Venerdì 9 febbraio 2024

## Menù

Polpette di ceci  
su salsa al finocchietto selvatico

Pasta integrale chips di zucca,  
puntarelle scaglie di pecorino e noci

Vellutata di cavolo viola e miglio soffiato



[www.fondazioneumg.it](http://www.fondazioneumg.it)





Fondazione  
Università Magna Graecia



UMG  
*Dubium sapientiae initium*



# LO SAI CHE UN **PIATTO** **DI CARNE** INQUINA PIÙ DELLA TUA AUTO?



RIDUCI IL TUO IMPATTO:  
**PROVA LA GREEN  
FOOD WEEK IN MENSA**  
per un'alimentazione  
**sana, gustosa e sostenibile**





Fondazione  
Università Magna Graecia



UMG  
*Dabium sapientiae initium*



**OGNI 6 SECONDI** UNA PORZIONE DI  
FORESTA PLUVIALE GRANDE  
COME UN CAMPO DA CALCIO  
**VIENE DISTRUTTA PER LA**  
**PRODUZIONE DI CARNE O MANGIMI**  
PER L'ALLEVAMENTO



RIDUCI IL TUO IMPATTO:  
**PROVA LA GREEN  
FOOD WEEK IN MENSA**  
per un'alimentazione  
**sana, gustosa e sostenibile**





Fondazione  
Università Magna Graecia



UMG  
*Dubium sapientiae initium*



# COSA SCEGLIERESTI?

## LITRI DI ACQUA RISPARMIATA SE...



**12 LITRI**

chiudi il rubinetto  
mentre ti lavi i denti

VS.



**2.192 LITRI**

mangi un burger di soia  
al posto di uno di carne

**COSA SCEGLI? PROVA  
LA GREEN FOOD WEEK IN MENSA**

per un'alimentazione sana,  
gustosa e sostenibile

