r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

REGIONE PIEMONTE

PREVENZIONE PIEMONTE

PROPOSTE OPERATIVE PER LA RISTORAZIONE SCOLASTICA DELLA REGIONE PIEMONTE

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

COMMISSIONE REGIONALE NUTRIZIONE

Coordinamento Commissione:
Lucia BIOLETTI - Dietista ASL TO3
Marcello CAPUTO - Direttore SIAN ASL CN1
Cloe DALLA COSTA - Direttore SC Nutrizione Clinica e Disturbi del Comportamento Alimentare ASL CN2
Andrea PEZZANA - Direttore Struttura Complessa Nutrizione clinica Azienda Sanitaria Locale "Città di Torino"
Angela COSTA - Direzione Sanità - Settore Prevenzione, Sanità Pubblica, Veterinaria e Sicurezza Alimentare

Coordinamento gruppo di lavoro:
- Patrizia GROSSI (Dirigente medico SIAN ASL NO)
- Marina SPANU (Dietista SIAN ASL CITTA' DI TORINO)
- Silvia CAMARDA (Dirigente biologo SIAN ASL CN1)
- Cristian VALLE (Dirigente biologo SIAN ASL AT)
- Sabrina GUIDI (Dirigente medico Dietetica Nutrizione Clinica ASL TO4 - Sede H Ivrea)

Gruppo di lavoro:
- Daniela AGAGLIATI (Dietista SIAN ASL CITTA' DI TORINO)
- Dario ALESCIO (dietista SIAN ASL TO5)
- Renza BERRUTI (Dirigente medico ASL AT)
- Elena CERRATO (Coordinatore tecnici della prevenzione ASL AT)
- Carmela DI MARI (Dirigente medico SIAN ASL TO5)
- Katia FASOLO (Dietista SIAN ASL VCO)
- Monica Emanuela GIORIA (Assistente sanitario ASL NO sede operativa di Arona)
- Debora LO BARTOLO (Dietista SIAN ASL TO3)
- Giovanna MAGISTRO (Assistente sanitario ASL NO sede operativa di Arona)
- Monica Cettina MINUTOLO (Dietista SIAN ASL TO5)
- Gianna MOGGIO (Dirigente Medico SIAN ASL BI)
- Erika PISTONE (Medico Dietologo S.C. Diabetologia territoriale ASLCN1)
- Sara RICHEDA (Dietista SIAN ASL TO4)
- Maria Elena SACCHI (Dietista SIAN ASLCN1)
- Manuela SCIANCALEPORE (Dietista SIAN ASL TO4)
- Barbara SPADACINI (Dietista SIAN ASL VCO)
- Alessandro TESTA (Dirigente veterinario SVET B ASL TO5)
- Chiara TORELLI (Dietista SIAN ASL BI)
- Monica VINCI (Tecnico della Prevenzione SIAN ASL TO5)

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

REGIONE PIEMONTE

PREVENZIONE PIEMONTE

PROPOSTE OPERATIVE PER LA RISTORAZIONE SCOLASTICA DELLA REGIONE PIEMONTE

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

Sommario

1 Introduzione 7
2 Gli Attori della ristorazione scolastica 9
2.1 Ruolo dei soggetti titolari del servizio (comuni, privati, comunità collinari/montane, ecc.) 9
2.2 Gestori del servizio di ristorazione 9
2.3 Azienda Sanitaria Locale e Servizio di Igiene Alimenti e Nutrizione 10
2.4 Scuole 10
2.5 Commissioni mensa 11
3 La qualità nutrizionale 12
3.1 Indicazioni e criteri di formulazione e/o valutazione dei menù e delle tabelle dietetiche 12
3.2 Fabbisogni nutrizionali e LARN 12
3.3 Indicazioni per i nidi d'infanzia 15
3.4 Indicazioni per le scuole dell'infanzia, primarie e secondarie di I grado 22
3.5 Griglia guidata per l'elaborazione dei menù scolastici 27
3.6 Strategie per favorire comportamenti salutari in mensa 29
3.7 Il piatto unico 31
3.8 Consigli per lo spuntino di metà mattina 31
3.9 Le grammature differenziate 33
4 La sicurezza alimentare e nutrizionale 37
4.1 Situazioni particolari (festività, menù a tema, feste di compleanno, gita, ecc.) 37
4.2 La sicurezza per la gestione delle diete speciali 39
5 Diete di base, speciali e diete etico-religiose 42
5.1 Modalità di richiesta di valutazione/formulazione del menù vitto comune al SIAN dell'ASL Competente per territorio 42
5.2 Modalità di gestione delle diete speciali da parte del SIAN dell'ASL Competente per territorio 43
5.3 Dieta leggera/in bianco 44
5.4 Diete per motivi etico-religiosi e culturali 44
5.5 Diete vegetariane e vegane 45
6 Sostenibilità ambientale, avanzi e sprechi 46
6.1 Normativa di riferimento 47
6.2 Esperienze nazionali e sperimentazioni 48

Bibliografia 53
Allegati 54
Allegato n. 01 Indicazioni per la stesura del capitolato 54
Allegato n. 02 Modulo richiesta valutazione/elaborazione menù per la ristorazione scolastica 55
Allegato n. 03 Calendario stagionalità ortofrutta 57
Allegato n. 04 Procedure codificate per la standardizzazione delle porzioni 60
Allegato n. 05 Conversioni crudo-cotto 61
Allegato n. 06 Certificati per diete speciali 65
Allegato n. 07 Schede per la formulazione di menù sostitutivi (es. allergie alle proteine del latte, allergia all'uovo, al pomodoro, ecc.) 72
Allegato n. 08 Griglia di valutazione/autovalutazione qualità dei menù 93
Allegato n. 09 Procedura gestione latte materno a scuola 95
Allegato n. 10 Check list nutrizionale 100
Allegato n. 11 Sicurezza alimentare e piano di autocontrollo 112
Allegato n. 12 Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo 117

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

1. INTRODUZIONE

Una corretta alimentazione è fondamentale per determinare un buono stato di salute e di benessere. La relazione tra cibo e salute è biunivoca e purtroppo negli ultimi decenni è stata influenzata negativamente dal cambiamento delle abitudini alimentari e degli stili di vita.

Il concetto di salute ha subìto una profonda evoluzione: dalla mera assenza di malattia si è passati al considerarlo uno stato di benessere bio-psico-sociale e un diritto umano fondamentale, influenzato da fattori sociali, economici, politici, culturali ed ambientali. La salute globale è frutto dell'equilibrio tra gli individui e l'ambiente circostante. L'ambiente e gli ecosistemi sono stati notevolmente modificati dalle attività dell'uomo e i cambiamenti ambientali hanno, a loro volta, determinato gravi ripercussioni sulla salute umana in generale.

In quest'ottica, particolare importanza assume il momento della ristorazione scolastica che ha un duplice obiettivo: nutrizionale ed educativo. I bambini in età prescolare e scolare rappresentano il target ideale per interventi di promozione sulla corretta alimentazione, dal momento che sono nella fase di approccio al cibo e di formazione del proprio stile alimentare. Il pasto in mensa, infatti, diventa una buona occasione sia per educare al gusto, offrendo la possibilità di far provare nuove creazioni alimentari ai piccoli commensali, sia per valorizzare le differenze culturali, senza però dimenticare il legame con le tradizioni locali. Il pranzo a scuola è uno dei momenti in cui si sta insieme e si crea legame attraverso la condivisione del cibo: è dunque uno spazio molto importante anche di socializzazione.

Il servizio di ristorazione scolastica ha assunto un'importanza sempre maggiore nel tempo come mezzo di educazione alimentare anche per le famiglie, attraverso gli allievi e gli insegnanti, ma soprattutto deve essere garante della sicurezza per la salute e per il benessere psicosociale sotto il profilo dietetico-nutrizionale. Gli interventi sulle scelte dietetiche a scuola e sulla loro offerta contribuiscono a favorire un corretto stile di vita.

Di rilevante importanza appare quindi provvedere ad un lavoro sinergico tra le varie istituzioni che satellitano in ambito di ristorazione scolastica, quali il mondo della scuola, le famiglie, gli enti pubblici e le ditte di ristorazione in generale. Tale strategia, inoltre, mira al raggiungimento dell'obiettivo di favorire nelle scuole la disponibilità di scelte alimentari nutrizionalmente corrette. Ciò può avvenire attraverso interventi che prevedono una maggiore attenzione ai capitolati d'appalto nei servizi di ristorazione scolastica, alla composizione dei menù nelle mense scolastiche, alla distribuzione per esempio di spuntini di frutta fresca, al mondo della distribuzione automatica degli alimenti e all'educazione alimentare a scuola.

La ristorazione in ambito scolastico ha una valenza preventiva, educativa, e sociale, al fine di poter garantire un cibo buono, sano, sostenibile e che tenga conto delle biodiversità in ambito socio culturale e religioso.

Il pasto è un mezzo di prevenzione sanitaria, un primo passo per migliorare le scelte alimentari del bambino e della famiglia con cui vive.

In considerazione di questi aspetti un gruppo di lavoro di esperti dell'alimentazione si è riunito per dare una nuova veste alle Linee Guida per la Ristorazione Scolastica basandosi sulla Dieta Mediterranea.

La Dieta Mediterranea, dal 2010 riconosciuta come Patrimonio Culturale Immateriale dell'Umanità, è un modello alimentare e culturale transnazionale che accomuna sette Paesi: Cipro, Croazia, Spagna, Grecia, Italia, Marocco e Portogallo.

La definizione di Dieta Mediterranea, tratta dal Dossier di candidatura presentato all'UNESCO per il suo riconoscimento, è la seguente: "l'origine del termine deriva dalla parola greca "diaita": stile di vita, ovvero la pratica sociale fondata su costumi, conoscenze e tradizioni che spaziano dal paesaggio alla tavola e che coinvolgono, nel Bacino Mediterraneo, la coltivazione, il raccolto, la pesca,

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
stituito da n. 8 pagine e conservato negli archivi di Regione Piemonte

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
stituito da n. 8 pagine

la conservazione, la trasformazione, la preparazione, la cottura e, soprattutto, il modo stesso in cui si consumano gli alimenti".

Essa rappresenta un prezioso patrimonio culturale fortemente legato al territorio e alla cui base ci sono la convivialità, le pratiche sociali, gastronomiche e le celebrazioni: il cibo diventa un mezzo di relazione sociale, di unione e di condivisione, in grado di riunire persone di tutte le età e classi sociali.

La Dieta Mediterranea rappresenta il modello di dieta sana e sostenibile per eccellenza. Essa racchiude in sé la capacità scientificamente provata di apportare benefici in termini di salute e di determinare contemporaneamente effetti positivi in ambito socio-culturale, economico ed ambientale infatti, capovolgendo la piramide dell'alimentazione mediterranea se ne ottiene un'altra, definita "piramide ambientale", in cui viene correlato l'impatto sull'ambiente derivante la produzione/lavorazione dei vari alimenti; graficamente in modo molto semplice si può osservare come siano proprio gli alimenti il cui consumo dovrebbe essere drasticamente o moderatamente ridotto ad avere il peso sull'ambiente maggiore, a dimostrazione del fatto che oltre ad essere protettiva nei confronti della salute, la piramide alimentare, e quindi la dieta mediterranea, rappresenti un modello dietetico dalla ridotta impronta ambientale.

Le potenzialità salutistiche della Dieta Mediterranea si sono evidenziate a partire dal 1960, quando Ancel Keys rilevò una ridotta mortalità per eventi cardiovascolari di una determinata popolazione che si affacciava sul Bacino Mediterraneo. A seguito di tale scoperta è stato identificato per la prima volta il ruolo protettivo della Dieta Mediterranea nei confronti delle malattie cardiovascolari, poi confermato anche successivamente.

La Dieta Mediterranea oltre ad essere un modello alimentare esemplare per preservare la salute umana, risulta anche sostenibile per l'ambiente. Essa si basa sul consumo di alimenti vegetali, come cereali, frutta, verdura e legumi la cui produzione richiede un minor impiego di suolo e acqua, e minori emissioni di gas serra. Inoltre il rispetto della stagionalità si traduce in una riduzione delle coltivazioni in serra e dei relativi impatti ambientali, così come dell'approvvigionamento e dei costi di trasporto da paesi lontani. Inoltre garantisce il mantenimento della biodiversità, attraverso, ad esempio, l'utilizzo di semine diverse in ogni area e la rotazione delle colture.

La Dieta Mediterranea consente anche di colorare il piatto: attraverso i fitonutrienti sostanze prive di valore nutrizionale. Esse sono responsabili del diverso colore, aroma e sapore degli alimenti e proteggono cellule e tessuti dai processi ossidativi, causa di invecchiamento precoce e base di patologie degenerative.

Flavonoidi, carotenoidi, antocianine sono tra i composti più studiati e, per assumerne diversi tipi attraverso la dieta, la regola è "variare" i colori tra i vegetali di stagione. Gli organismi vegetali, infatti, se coltivati nella corretta stagione di maturazione e nelle condizioni ambientali e atmosferiche naturali, si trovano nelle condizioni migliori per produrre queste sostanze protettive.

In base alle indicazioni della Dieta Mediterranea le erbe aromatiche e le spezie trovano un impiego nella preparazione dei piatti con riduzione dell'uso del sale da cucina. I condimenti previsti sono i grassi "buoni" monoinsaturi e polinsaturi della serie omega-3 e omega-6, derivanti principalmente dall'olio d'oliva, frutta secca oleosa, semi e pesce dalle note proprietà antiinfiammatorie.

La Dieta Mediterranea è una tradizione alimentare millenaria che si tramanda di generazione in generazione, promuovendo non solo la qualità degli alimenti e la loro caratterizzazione territoriale, ma anche il dialogo tra i popoli. Pertanto, preservare e tramandare questo patrimonio alimentare e culturale risulta un obiettivo estremamente importante, da perseguire in tutte le fasce di età e gruppi sociali. In termini di ristorazione scolastica l'adozione di un modello alimentare sostenibile come quello mediterraneo contribuisce alla sicurezza alimentare e ad una vita sana per le generazioni presenti e future.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi della Regione Piemonte

2. GLI ATTORI DELLA RISTORAZIONE SCOLASTICA

Il servizio di ristorazione scolastica, inteso anche come sistema gestionale ed economico, ha come obiettivi principali:

1. garantire un pasto sicuro dal punto di vista igienico-nutrizionale, gradevole e accettato dall'utente, e con un giusto rapporto tra qualità e prezzo;
2. il soddisfacimento dei fabbisogni nutrizionali durante l'orario scolastico;
3. promuovere un importante e continuo momento di educazione e di promozione della salute diretto ai bambini, che coinvolge anche docenti e genitori.

Nell'ambito delle competenze correlate alla ristorazione scolastica, gli attori interessati a vario titolo si possono individuare in:

- Ente committente (Amministrazione Comunale o Scuola privata);
- Gestore del servizio di ristorazione;
- Azienda Sanitaria Locale;
- Utenza, rappresentata, laddove esistente, dalla Commissione Mensa;
- Personale scolastico (Insegnanti e Dirigenti scolastici).

2.1 Ruolo dei soggetti titolari del servizio

L'Ente committente è il responsabile dell'erogazione del servizio di ristorazione scolastica, che viene assicurata con investimenti mirati che permettano:

- politica programmatoria e di investimenti di risorse;
- la gestione del servizio, in forma diretta o affidata a terzi;
- l'elaborazione del capitolato d'appalto e le conseguenti procedure aggiudicatarie;
- il controllo sul rispetto delle clausole contrattuali (stabilite nel Capitolato d'appalto) da parte della Ditta aggiudicataria;
- il controllo della qualità merceologica degli alimenti;
- il controllo del rispetto degli standard quantitativi;
- il controllo sulla gestione del servizio con valutazione e/o segnalazione di eventuali anomalie.

Per quanto riguarda le pubbliche amministrazioni può verificarsi che i diversi aspetti della ristorazione scolastica afferiscono a settori diversi (Ufficio Tecnico, Economato, Assessorato Pubblica Istruzione): in tal caso, è utile individuare un Referente unico per la soluzione integrata di problemi emergenti.

2.2 Gestori del servizio di ristorazione

Al gestore del servizio competono:

- una preliminare valutazione tecnica di compatibilità delle strutture e attrezzature delle sedi di erogazione del servizio;
- la formulazione, in sede di appalto, di un progetto organizzativo e gestionale;
- la formazione e l'aggiornamento del personale dipendente;
- l'erogazione di un servizio corrispondente agli standard di sicurezza e di qualità igienico-
- nutrizionale;
- l'impostazione di un efficace sistema di autocontrollo igienico-sanitario e di sistemi di
- monitoraggio permanente sulla corretta applicazione dei menù e sul gradimento dei cibi
- serviti, anche attraverso il controllo degli scarti.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

Un prodotto-pasto che risponda a requisiti di sicurezza igienico-nutrizionale e di palatabilità, unitamente a quelli di qualità, caratterizza la professionalità dei gestori. Questi devono tenere conto degli obiettivi educativi espressi dai vari stakeholders e collaborare alla loro realizzazione.
Nel caso di gestione diretta del servizio di ristorazione, quanto sopra, per quanto applicabile, si intende riferito alle Amministrazioni Comunali o alla scuola privata.

2.3 Azienda Sanitaria Locale e Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione (SIAN)

L'attività dell'Azienda Sanitaria Locale (ASL) nell'ambito della ristorazione scolastica è rappresentata nello specifico dagli interventi del Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione (SIAN).
Le linee guida ministeriali contenute nel DM del 16/10/98 relativamente alla ristorazione collettiva attribuiscono ai SIAN, accanto alla tradizionale funzione di controllo e vigilanza, un articolato ruolo che va dalla verifica e/o redazione delle tabelle dietetiche e all'eventuale consulenza tecnico-scientifica dei capitolati d'appalto e alla formazione del personale.
Obiettivo di questo Servizio è pertanto quello di verificare non solo la sicurezza degli alimenti da un punto di vista igienico-sanitario, ma anche l'adeguatezza degli apporti nutrizionali, al fine di prevenire l'insorgenza di patologie cronico-degenerative correlate ad apporti squilibrati di nutrienti protratti nel tempo, contribuendo inoltre allo sviluppo di corrette abitudini alimentari fin dalla più giovane età.
L'attività del SIAN si esplica in:

- attività di vigilanza e controllo igienico-sanitario in conformità con le normative vigenti, sulla base di criteri di valutazione del rischio;
- gestione degli interventi in ordine a focolai di sospette MTA (malattie a trasmissione alimentare) in ambito scolastico;
- registro e aggiornamento della notifica sanitaria;
- sorveglianza della qualità igienico-nutrizionale del pasto con un ruolo complementare a quello ell'Ente responsabile del servizio;
- consulenza in fase di elaborazione del Capitolato d'appalto o in fase di aggiudicazione;
- valutazione e validazione dei menù proposti;
- organizzazione di iniziative di aggiornamento e formazione, anche in collaborazione con altri oggetti interessati e rivolte a Operatori, Commissione Mensa, Genitori e Insegnanti;
- azioni di sorveglianza nutrizionale con indagini epidemiologiche sui consumi e sullo stato di salute dell popolazione;
- eventuale partecipazione alle riunioni di Commissione Mensa.

2.4 Scuole

Al fine di garantire l'ottimale funzionamento del sistema, è necessario che il personale della scuola sia coinvolto a tutti i livelli ciascuno in funzione del proprio ruolo e responsabilità, dal momento del pasto in mensa fino ad arrivare agli interventi per lo sviluppo di corrette abitudini alimentari dei bambini passando attraverso una corretta comunicazione con le famiglie.
La partecipazione al momento della distribuzione e del consumo del pasto da parte degli operatori scolastici attribuisce loro un importante ruolo di sentinella rispetto ad eventuali anomalie (tempi di consegna/distribuzione, caratteri organolettici, non rispetto del menù, ecc.) che potrà essere adeguatamente svolto solo se verrà assicurata un'adeguata informazione e sensibilizzazione degli operatori scolastici stessi. Dato l'importante ruolo educativo degli insegnanti appare opportuno

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

che il personale docente partecipi attivamente al pasto per esempio anche consumando gli stessi alimenti previsti dal menù scolastico tranne che per soggetti che necessitano di dieta speciale.

2.5 Commissione Mensa

La Commissione Mensa, in rappresentanza degli utenti, ha un ruolo di collegamento tra questi e il soggetto titolare del servizio, riportando le istanze dell'utenza stessa. Oltre a ciò, monitora la gradibilità del pasto e la qualità del servizio attraverso schede di valutazione predisposte e ha un ruolo consultivo in merito alle variazioni del menù scolastico. La commissione mensa non è istituzionalmente definita da normative, quindi non è sempre presente. Generalmente, ove istituita, ne fanno parte i rappresentanti di famiglie degli utenti, Scuola e Amministrazione Comunale, formati per svolgere al meglio il loro ruolo rappresentativo.
Operatività, composizione e funzionamento della Commissione Mensa devono essere definite da un regolamento locale, redatto dal Soggetto Titolare del servizio, che ne fissi le linee di intervento e definisca i rapporti tra la Commissione stessa e gli Enti istituzionali.
È bene precisare che questo è un organo propositivo e non esecutivo.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi della Regione Piemonte

3. LA QUALITA' NUTRIZIONALE

3.1 Indicazioni e criteri di formulazione e/o valutazione dei menù di base

Sia per la formulazione che per la revisione dei menù vengono proposti criteri fruibili per la valutazione qualitativa e quantitativa dei pasti (apporti energetici e di nutrienti).
Le indicazioni di seguito riportate sono articolate per consentire a ciascun SIAN una contestualizzazione flessibile nella propria realtà territoriale. È compito dei SIAN facilitare l'applicabilità dei criteri alle realtà scolastiche.

La valutazione dei menù può rappresentare un momento di confronto tra le scuole ed i Comuni incaricati di organizzare la ristorazione scolastica, per condividere le informazioni di carattere nutrizionale ed educativo, quali sostenibilità ambientale, educazione al gusto, riscoperta della cultura gastronomica, conoscenza degli alimenti e della stagionalità.

3.2 Fabbisogni nutrizionali

Fabbisogni nutrizionali: i riferimenti di letteratura

I consumi di energia e nutrienti, raccomandati dalle principali Istituzioni e/o Società Scientifiche Italiane che operano in campo nutrizionale, sono raccolti in diversi documenti tra i quali ricordiamo in particolare:

- "LARN" (Livelli di Assunzione di Riferimento di Nutrienti ed Energia per la popolazione italiana) della SINU (Società Italiana di Nutrizione Umana), IV Revisione 2014;
- "Linee guida per una sana alimentazione" del CREA (Centro di Ricerca Alimenti e Nutrizione), Revisione 2018;
- "Dossier scientifico" - Linee guida per una sana alimentazione del CREA (Centro di Ricerca Alimenti e Nutrizione), Revisione 2018.

I sopracitati documenti forniscono informazioni utili alla formulazione e alla valutazione dell'adeguatezza nutrizionale delle tabelle dietetiche per la ristorazione collettiva.
Sia per la formulazione che per la valutazione dei menù, per verificare la corrispondenza delle tabelle dietetiche alle raccomandazioni LARN, è necessario che:

- gli alimenti previsti per la refezione vengano indicati dettagliatamente (compresi gli ingredienti, i grassi utilizzati per il condimento, lo zucchero impiegato per dolcificare, ecc.) con le relative grammature a crudo e al netto degli scarti;
- gli apporti di energia e nutrienti vengano calcolati facendo riferimento a tabelle di composizione chimica e valore energetico degli alimenti accreditate dalla letteratura, come ad esempio quelle del CREA (Centro di Ricerca Alimenti e Nutrizione), aggiornamento 2019.

Per quanto riguarda la fascia d'età 6-12 mesi, le raccomandazioni internazionali forniscono precise indicazioni sulla necessità e sulla adeguatezza nutrizionale del latte materno in macro e micronutrienti (ad eccezione della Vit D e della vit K) fino ai sei mesi di vita del lattante; in seguito il latte materno diventa insufficiente per soddisfare le richieste nutrizionali del bambino soprattutto per quanto riguarda intake energetico e proteico, l'apporto zinco, ferro, Vit. A e Vit. D.
A fronte di tali esigenze è necessario introdurre alimenti diversi, per prevenire eventuali deficit in macro e micronutrienti essenziali per garantire un adeguato accrescimento e un adeguato sviluppo

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
servato negli archivi di Regione Piemonte

neurologico, cercando al contempo, di ridurre patologie nell'età successive.
Gli apporti consigliati per età compresa tra i 6-12 mesi sono definiti dai LARN (Livelli di Assunzione di Riferimento di Nutrienti ed Energia per la popolazione Italiana) e dall' EFSA (European Food Safety Autority), questi servono come guida per il pediatra nel momento in cui è necessaria una valutazione nutrizionale più precisa.

Gli apporti di calorie e nutrienti del menù scolastico

A differenza dei centri estivi di vacanza o delle comunità di assistenza ai minori con pernottamento, la ristorazione scolastica fornisce un solo pasto al giorno (il pranzo), al quale si può aggiungere, a seconda delle scuole, lo spuntino di metà mattina e/o, in rari casi, di metà pomeriggio. Non è pertanto possibile effettuare una valutazione complessiva giornaliera degli apporti di energia e nutrienti, ma occorrerà esaminare il singolo pasto.
Come indicato dalle linee guida nazionali è opportuno utilizzare il servizio di ristorazione anche come mezzo di comunicazione alle famiglie per indicare le scelte adatte/idonee per il pasto serale (al fine di completare la giornata/settimana alimentare nel rispetto della frequenza dei gruppi alimentari) e per una prima colazione adeguata come apporti di nutrienti.

Gli apporti consigliati per il pranzo a scuola

Per riuscire a stabilire quali siano gli apporti suggeriti di calorie e macronutrienti per la ristorazione scolastica è necessario partire dalla ripartizione calorica consigliata nell'arco della giornata che si riporta in Tabella 1.

PASTO	FRAZIONAMENTO SUGGERITO
Colazione	10-15% delle kcal/die
Metà Mattina	5-10% delle kcal/die
Pranzo	35-40% delle kcal/die
Merenda	5-10% delle kcal/die
Cena	30-35% delle kcal/die

Tabella 1. Ripartizione giornaliera dei pasti consigliata

Nella Tabella 2 si riassumono le raccomandazioni relative ai macro-nutrienti e all'energia per i soggetti in età evolutiva (estrapolate dai LARN); esse potrebbero rappresentare i parametri di riferimento da utilizzare nella preparazione e/o valutazione delle tabelle dietetiche.
I valori del fabbisogno energetico, differenziati per le diverse fasce d'età, sono stati ricavati dal metabolismo basale (MB), incrementato secondo i valori mediani di attività fisica (LAF) e il peso corporeo (peso corporeo secondo i valori mediani per età riportati da Cacciari et al, 2006).

I valori del fabbisogno per l'energia riportati in Tabella 2 sono stati individuati come media dei valori mediani dei LAF per fascia di età e per sesso.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

Fasce d'età		Kcal (medie)	Hc %	Hcr %	Fibra g/1000 kcal	Lip %	Lips %	Pr % kcal/die
Lattanti	6-9 mesi	595-652 (623)	45-60[∂]	< 15 [□]	/	40	< 10	8-12
Lattanti	9-12 mesi	655-730 (692)			/			8-12
Divezzi	1-3 aa	1040-1130 (1085)			8,4	35-40		8-12[□] (fino a 2 aa) 12-18 (dopo 2 aa)
Infanzia	3-6 aa	1395-1512 (1453)				20-35*		12-18
Primaria	6-11 aa	1833-2000 (1916)						12-18
Secondaria	11-14 aa	2370-2695 (2532)						12-18

Tabella 2. Raccomandazioni giornaliere per i soggetti in età evolutiva tratte dai LARN (IV Revisione, 2014).

Legenda	
Kcal = calorie	Lip = grassi totali
Hc = carboidrati totali	Lip = grassi saturi
Hcr = zuccheri a rapido assorbimento	Pr = proteine
	die = giorni

[□] Potenziali effetti avversi sulla salute si hanno con apporti > 25%. Limitare l'uso del fruttosio come dolcificante. Limitare l'uso di alimenti e bevande formulati con fruttosio e sciroppi di glucosio/fruttosio e mais ad alto contenuto di fruttosio.

[□] Per le proteine in termini prudenziali si raccomanda fino ai 2 anni un'assunzione compresa nell'intervallo 8-12% e comunque < al 15% (apporti superiori al 15% potrebbero avere conseguenze a medio lungo termine sullo stato di salute; studi di letteratura indicano un'associazione con la successiva comparsa di sovrappeso e obesità in età evolutiva).

[∂] I valori più elevati dell'intervallo (35%) sono coerenti con diete in cui l'apporto di carboidrati sia vicino al limite inferiore del corrispondente RI; negli altri casi si raccomanda di mantenere i valori ≤ 30%.

[*] L'intervallo di riferimento per i carboidrati totali ammonta al 45-60%, ma per la pianificazione dietetica un buon punto di partenza è tendere a mantenere la percentuale intorno al valore medio dell'intervallo (50-55%) così come suggerito dalle linee guida per una sana alimentazione.

Per quanto riguarda le fasce di età si fa riferimento all'età anagrafica; ad esempio 3-6 anni s'intende il periodo fra il terzo anno compiuto e prima del compimento del settimo.

Si riportano in Tabella 3 gli apporti di calorie e macro-nutrienti (valore medio: maschi e femmine) per il solo pranzo differenziati per le diverse fasce d'età (è stato utilizzato il 40% dell'apporto calorico giornaliero, al fine di garantire una più ampia copertura dei fabbisogni in una popolazione eterogenea).

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

Età	kcal	Proteine %	Lipidi %	Carboidrati totali %	Fibre g
6-9 mesi (lattanti)	238-260 (249)	0,5-2 anni 8-12% (<15) 2-3 anni 12-18%	40%	50-55%	/
9-12 mesi (lattanti)	262-292 (277)		40%	50-55%	/
1-3 anni (divezzi)	416-452 (434)		35-40%	50-55%	3-4
3-6 anni (infanzia)	558-605 (581)	12-18%	20-35%	50-55%	4-5
6-11 anni (primaria)	733-800 (766)	12-18%	20-35%	50-55%	6-7
11-14 anni (secondaria di 1°)	948-1078 (1013)	12-18%	20-35%	50-55%	8-9

Tabella 3. Raccomandazioni di calorie e macronutrienti per i soggetti in età evolutiva relative al solo pranzo (40% del fabbisogno energetico giornaliero)

3.3 Indicazioni per i nidi d'infanzia

L'alimentazione complementare, conosciuta come svezzamento, consiste nel passare gradualmente dal latte all'introduzione dei cibi solidi che si complementano vicendevolmente durante il primo anno, fino a quando il bambino non introduce tutti gli alimenti. Non è una scelta, ma un passaggio obbligato frutto di una spinta biologica alla crescita e all'autonomia.

Non esiste uno schema "preconfezionato" adatto a tutti i bambini e bambine poiché le competenze necessarie affinché i bambini possano raggiungere l'autonomia sono individuali. Il percorso di ogni bambino deve essere rispettato e la famiglia supportata da tutti i professionisti della salute (pediatri, infermieri pediatrici, dietisti).

Sebbene le indicazioni generali sull'alimentazione complementare suggeriscano di iniziare lo svezzamento intorno ai 6 mesi di età, le linee guida OMS e dell'Espghan consigliano di iniziare ad inserire alimenti non prima delle 17 settimane di vita e non dopo le 26 settimane. Questa forbice temporale così ampia sostiene l'unicità e la diversità dello sviluppo neuro-motorio e metabolico esistente tra i bambini (maturazione dell'intestino, del sistema immunitario, delle capacità cognitive e delle abilità motorie, tra cui la capacità di masticare e di deglutire alimenti solidi e semisolidi) e sottolinea in maniera indiretta l'importanza del riconoscere i segnali caratteristici per capire quando un bambino è pronto ad assumere alimenti.

L'ambiente domestico e scolastico devono favorire e sostenere la fisiologica sperimentazione delle nuove competenze che gli consentiranno di acquisire autonomia nel rapporto con il cibo e con il momento del pasto.

Per far sì che questo processo sia sostenibile, gli adulti dovrebbero svolgere un ruolo partecipativo e non intrusivo, proponendo senza imporre e supportando il bambino nel riconoscimento corretto dei propri bisogni (fame, sazietà, appagamento).

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi della Regione Piemonte

Le linee guida internazionali sono concordi nello stabilire che:

- l'inizio dell'alimentazione complementare può avvenire introducendo anche alimenti diversi dalla frutta;
- introdurre gli alimenti uno alla volta non ha nessuna efficacia preventiva nello sviluppo delle allergie;
- l'ordine con cui gli alimenti semi-solidi e solidi vengono introdotti nella fase dello svezzamento può variare in base alla preferenza del bambino e alla cultura gastronomica della famiglia.

Alimentazione 3-6 mesi

Le linee guida internazionali indicano che lo svezzamento non deve iniziare prima delle 17 settimane pertanto è verosimile che alcuni bambini inizino lo svezzamento prima dei 6 mesi.

Considerando che le indicazioni suggeriscano che l'alimentazione fino ai 6 mesi sia esclusivamente lattea, è possibile che vengano inseriti nell'alimentazione alimenti quali pappe lattee con farine senza glutine, passati vegetali, frutta etc. Per promuovere il sostegno dell'allattamento materno è disponibile in allegato n. 8 la procedura per la somministrazione di latte materno al nido.

La gestione da parte dei nidi degli alimenti diversi dal latte fino ai 6 mesi deve essere concordata esclusivamente con la famiglia in accordo con il pediatra, pertanto i SIAN non valutano i menù per questa fascia d'età.

Alimentazione 6-9 mesi

La richiesta di vidimazione deve essere inoltrata al SIAN dell'Asl di competenza in cui è sita la struttura del nido dell'infanzia. I menù devono essere impostati in forma schematica su almeno 1-2 settimane e 2 stagionalità (estate e inverno o comunque garantendo ed evidenziando sullo schema di menù la stagionalità di frutta e verdura – vedi "Tabella stagionalità della frutta e della verdura" Allegato 3).

Il bambino, in questa fase, può iniziare a mangiare liberamente un po' tutto ciò che mangiano i genitori. Pertanto non serve ricorrere agli alimenti dell'industria per l'infanzia ma è sufficiente combinare ogni pasto con la giusta varietà di alimenti, pur nel rispetto delle consistenze adeguate alle capacità masticatorie e deglutitorie del bambino.

È preferibile l'utilizzo di materie prime fresche, cucinate al momento per la preparazione dei piatti. Nel caso in cui ciò non sia possibile possono essere utilizzati gli alimenti specifici per l'infanzia presenti in commercio.

Fino all'anno di età sono da escludere il latte vaccino (utilizzato come bevanda), il miele, il the e tisane, compresa la camomilla, poiché possono interferire sull'assorbimento del ferro e se in formato solubile contengono zucchero aggiunto. L'uso di spezie, così come l'uso del sale, è sconsigliato nelle pappe dei bambini al di sotto dell'anno di età per ragioni tossicologiche, di salute e di educazione del gusto. Nei piccoli è bene alterare il meno possibile il sapore delle pietanze, sia nel caso dell'aggiunta di sale, che di zucchero.

Gli alimenti e le consistenze

La transizione dal latte agli alimenti è, soprattutto nel primo periodo, una fase delicata. Questa avverrà attraverso la sperimentazione soggettiva delle diverse consistenze: liquido (latte) – cremoso (pappe) – solido (pezzi). Non tutti i bambini sono pronti nello stesso momento ad introdurre alimenti

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
stato inviato all'archivio della Regione Piemonte

di consistenza diversa da quella del latte, potrebbe essere quindi necessario, inizialmente, offrire cibi più morbidi, di consistenza cremosa come polentine, purè, creme vegetali, creme di carne. E' largamente diffusa l'abitudine di protrarre questa prima fase per un periodo molto lungo, sono molti i bambini che a 10-11 mesi, pur in assenza di patologie, continuano ad essere alimentati con alimenti di consistenza cremosa. Ritardare il processo che porta all'introduzione di alimenti solidi potrebbe ritardare lo sviluppo di una corretta dentizione, deglutizione, formazione del palato e lo sviluppo neurologico.

Si sottolinea che la capacità di succhiare e di schiacciare gli alimenti verso il palato, grazie alla saliva e all'utilizzo delle gengive, permette al bambino di assumere anche alimenti di consistenza solida, come grissini, pane, strisce di carne o sotto forma di polpette o pasta di grande formato ben cotta, già in questa prima fase di "sperimentazione".

La composizione del pasto

Nella prima fase è frequente iniziare l'alimentazione complementare utilizzando il piatto unico cremoso composto da crema di verdura o di cereali + secondo cremoso poiché il quantitativo di cibo introdotto è inizialmente molto limitato ma non è da escludersi, in base all'organizzazione della struttura, che possano essere preparati singole portate (es. semolino + crema di pollo + crema di verdura).

Nel primo caso è bene sottolineare che il piatto unico cremoso tende ad "appiattire" e omogeneizzare il gusto dei cibi che lo compongono, quindi, il protrarsi di questa abitudine può rallentare lo sviluppo di una corretta educazione al gusto e rendere più difficile l'avvicinamento alla vasta gamma di alimenti presenti nel panorama gastronomico.

Consigli pratici

La consistenza e la preparazione degli alimenti può cambiare in base alle competenze neuro motorie del bambino e all'organizzazione della struttura. È importante sottolineare che il gusto dei cibi e il gradimento sono influenzati dalla consistenza, dalla temperatura e dalla presentazione dei piatti. Ai fini educativi è quindi raccomandato curare l'aspetto delle portate, la cromaticità e sperimentare diverse consistenze per ogni singolo alimento compatibilmente con la sicurezza dello stesso. Nella tabella sottostante sono forniti esempi di come preparare gli alimenti nelle diverse consistenze sia che il cibo venga somministrato con il cucchiaino/cucchiaio sia che il bambino venga lasciato libero di prendere gli alimenti dal piatto.

Dai 5 agli 8 mesi il bambino con regolare sviluppo inizia ad afferrare con prensione palmare o "presa a mano aperta" (ultime 4 dita piegate a gancio sul palmo) un pezzo di cibo a strisce, a portarlo alla bocca mangiando la parte che sporge dalla mano. Dagli 8-10 mesi la presa viene via via più precisa ed efficiente con la "presa a pinza" (uso dei polpastrelli del pollice e indice indipendenti dall'uso delle altre dita).

Le indicazioni riportate nella tabella sottostante (tabella 4) devono essere applicate secondo quanto riportato dalle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo" (Allegato n. 11).

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

	QUANDO SI UTILIZZA IL CUCCHIAINO	QUANDO IL BAMBINO MANGIA CON LE MANI	
		Presa a mano aperta (5-8 mesi circa)	**Presa a pinza (Dagli 8-10 mesi)**
PASTA	Schiacciata/tritata	Pasta intera di grande formato	A pezzetti
CARNE	Cremosa/Tritata con un comune trita-tutto domestico	A strisce	A pezzetti
PESCE	Schiacciato/Tritato con un comune trita-tutto domestico	A pezzi	A pezzetti
VERDURE	Grattugiate, schiacciate con una forchetta o sotto forma di creme eliminando eventuali filamenti fibrosi	A strisce eliminando eventuali filamenti fibrosi	A pezzetti
LEGUMI (fagioli, ceci, lenticchie, piselli, etc..)	Cremosa eliminando la buccia	Considerando che i legumi decorticati cotti tendono ad avere una consistenza più morbida, potrebbe essere difficile la presa a mano aperta e a pinza.	
UOVA (sode o in frittata)	Strapazzate ben cotte	Strisce di frittata	A pezzetti
PANE E DERIVATI	_____	A pezzi grandi/strisce	A pezzetti
FRUTTA: sbucciata	Grattugiata o schiacciata con la forchetta	Solo la frutta che si scioglie in bocca (esempio banana o frutta a polpa matura)	Tagliare a pezzi, eliminando semi e noccioli compresa la frutta a chicchi (esempio uva)

Tabella 4. Modalità di consumo dei pasti

Gli alimenti e la qualità

Per garantire il corretto fabbisogno di energia e nutrienti di un bambino deve essere offerta un'ampia gamma di cibi ad alto valore nutritivo per favorire una crescita staturale e ponderale adeguata.
I bambini hanno bisogno di essere esposti ripetutamente a tutti gli alimenti per stabilire uno schema di accettazione di cibi considerando comunque, come fondamentale, il rispetto delle abitudini culturali della famiglia e del gusto personale dei bambini.
È necessario sottolineare, quindi, come le abitudini alimentari familiari possano influenzare sia negativamente che positivamente lo sviluppo di una alimentazione salutare anche da adulti.
È importante quindi, sia nel periodo della gravidanza che durante lo svezzamento ricevere informazioni scientificamente validate rivolgendosi a professionisti sanitari esperti (pediatri, dietisti, ostetriche, infermiere pediatriche).

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

Alimentazione 9-12 mesi

La richiesta di vidimazione deve essere inoltrata al SIAN dell'Asl di competenza in cui è sita la struttura del nido dell'infanzia. I menù devono essere impostati in forma schematica su almeno 4 settimane e 2 stagionalità (estate e inverno).

La consistenza degli alimenti

In questa fase il bambino può, se le competenze neuro motorie lo consentono, consumare tutti gli alimenti di consistenza morbida. Le creme di cereali possono essere sostituite con pasta ben cotta di piccolo formato e tutti i cereali in chicchi. Gli gnocchi possono rappresentare un pericolo soprattutto se abbinati a formaggi per l'effetto colloso. La carne e il pesce possono essere proposti sotto forma di polpette, polpettoni, hamburger, bocconcini/spezzatini ben cotti e morbidi tali preparazioni, a causa del maggiore rischio igienico sanitario, necessitano di una procedura di preparazione accurata; inoltre il pesce può essere consumato tal quale prestando attenzione al rischio derivante dalla presenza delle lische; le uova possono essere somministrate anche sotto forma di frittata, sode tagliate a pezzetti, flan, i formaggi stagionati possono essere introdotti a piccoli pezzi. Le verdure possono essere proposte cotte e non schiacciate seguendo le indicazioni di taglio sicuro presenti nelle "Linee guida per la prevenzione del soffocamento da cibo". La frutta può essere proposta a pezzi seguendo le medesime linee guida.

La composizione del pasto

A questa età devono essere proposti menù che abbiano una netta separazione dei piatti al fine di favorire una corretta educazione al gusto. I piatti unici possono essere utilizzati per abbinare cereali con secondi piatti come per esempio pasta e legumi (utile per favorirne il consumo) oppure pasta con ragù di carne o pesce oppure riso con formaggio etc.
Si ricorda che i bambini durante la crescita sviluppano preferenze personali ai vari alimenti. Anche in questa fase è importante non forzarli a consumare alimenti per i quali provano avversione ma riproporli nel tempo perché è noto che il gusto si educa e si modifica durante le varie fasi della vita.

Consigli pratici

Dai 9 mesi i bambini aumentano la curiosità e la voglia di sperimentare. È quindi importante, anche in un contesto comunitario, lasciare i bambini liberi di esplorare il cibo utilizzando le mani e la bocca. Questa pratica talvolta è disincentivata per il timore che il bambino e l'ambiente circostante si sporchino. Qualora l'organizzazione della struttura lo consenta invece è consigliato stimolare questa modalità considerata importante per la coordinazione e lo sviluppo neuro motorio e un buon rapporto con il cibo.

Scelte qualitative degli alimenti e frequenza dei piatti nei nidi dell'infanzia per la fascia di età 6-12 mesi

Tutti gli alimenti permessi devono essere di consistenza adeguata alle capacità del bambino e seguire le "Linee guida per la prevenzione del soffocamento da cibo" (Allegato n. 11).
Si ricorda che nel periodo dello svezzamento il latte rappresenta un alimento complementare alla dieta, laddove l'allattamento al seno non sia più possibile/desiderato può essere utilizzato il latte di proseguimento.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente copia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è conservato negli archivi della Regione Piemonte

Primi Piatti

Cereali: deve essere inserita una porzione per pasto (frumento, riso, orzo, farro, mais, ecc.) sotto forma di pasta, riso, couscous, orzo, farro e prodotti simili, utilizzando le consistenze più appropriate per fasce di età.

Pane: è possibile inserirlo all'interno del pasto in base alle abitudini e capacità del bambino. In ogni caso deve essere preferito il pane privo o a ridotto contenuto di sale, semplice non condito. È possibile utilizzare prodotti integrali dopo i due anni quando l'intestino del bambino è abbastanza maturo per tollerare completamente la fibra. I prodotti semi integrali (farina tipo 2 o tipo 1) possono essere inseriti dai 9 mesi.

Frutta e verdura

Verdura: inserire una porzione di verdura fresca e di stagione a pasto tenendo conto della consistenza più adeguata in base alla fascia di età. L'utilizzo della verdura surgelata deve essere limitata a occasioni sporadiche e limitata esclusivamente a tipologie di verdura che richiedono tempi di mondatura lunghi come spinaci, biete e fagiolini.
Alcuni bambini sviluppano una spiccata sensibilità al gusto "amaro" verso alcuni tipi di verdure quali broccoli, cavoli, spinaci. Per favorirne il consumo si consiglia di abbinarli con ortaggi dolci (esempio carote e zucca) o inserirli come condimento dei primi piatti. Se il rifiuto persiste si consiglia di non insistere e riprovare sistematicamente a intervalli poiché il gusto si modifica durante la crescita del bambino e l'avversione verso alcuni cibi scompare spontaneamente.
È controindicato il consumo dei funghi per la loro epato-tossicità.
Frutta: inserire una porzione di frutta fresca e di stagione a pasto tenendo conto della consistenza più adeguata in base alla fascia di età.
È importante variare la tipologia di frutta e per incentivarne il consumo, qualora non fosse consumata a fine pasto, è fortemente consigliato proporla come spuntino al mattino.
Per preparare la macedonia di frutta non deve essere utilizzata la frutta sciroppata e non deve essere aggiunto zucchero.

Patate

Contengono amidi e possono essere usate in sostituzione ai cereali (non sono considerate verdure).

Oli e grassi da condimento

La scelta migliore per cucinare e condire è l'olio extravergine di oliva che deve essere preferito per tutte le preparazioni. Fra i grassi da condimento è opportuno limitare quelli di origine animale (burro, panna etc.) a massimo 1 volta al mese. Evitare l'utilizzo di margarine (che potrebbero contenere grassi vegetali idrogenati e/o trans) e altri condimenti come pancetta, strutto, lardo etc.

Carne

Alternare la carne bianca e la carne rossa, utilizzare tagli magri, preferendo la carne bianca.
Si raccomanda di alternare la tipologia delle carni per favorire la varietà, anche nel caso in cui fosse utilizzata sotto forma di omogeneizzato del commercio.
Le carni processate (salumi affettati e insaccati) vanno consumati il meno possibile poiché contengono un'elevata quantità di sale, utilizzato per favorire la conservazione. Gli insaccati, inoltre, possono contenere anche nitriti e nitrati, sostanze chimiche potenzialmente nocive, utilizzate per prevenire rischi microbiologici e per conservare il colore rosso della carne.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

Pesce

Variare le tipologie di pesce. Utilizzare filetti di pesce fresco o surgelato, diliscati, per evitare problemi con le lische il pesce può essere frullato e utilizzato per la preparazione di polpette. Evitare pesci di grossa taglia come tonno e pesce spada poiché sono a maggior rischio di contaminazione da metalli pesanti e frutti di mare poiché possono accumulare inquinanti e/o causare tossinfezioni alimentari. Evitare il pesce conservato in scatola per il più alto contenuto in sale rispetto a quello fresco, per il rischio di contaminazione da metalli pesanti, trattandosi quasi sempre di conserve di tonno e per il drastico trattamento di trasformazione subito (sterilizzazione/ appertizzazione) che ne altera sensibilmente i valori nutritivi.

Formaggi

Si possono consumare tutti i tipi di formaggio ad esclusione di:

- Formaggi freschi da latte crudo, in considerazione dei maggiori rischi microbiologici correlati all'impiego di latte non pastorizzato
- Formaggi fusi (formaggini, sottilette) o spalmabili contenenti sali di fusione (citrati) poiché riducono l'assorbimento del calcio
- Formaggi erborinati es. gorgonzola e brie.

Uova

Possono essere utilizzate per la preparazione di frittate, tortini, flan. Devono essere ben cotte e possono essere utili per veicolare le verdure meno gradite.

Legumi

Fagioli, piselli, ceci, lenticchie, fave, lupini, soia. Fino ai 9-12 mesi devono essere utilizzati decorticati o setacciati con il passaverdura. Il loro consumo è particolarmente consigliato poiché sono fonte di proteine vegetali e fibra. Possono essere considerati validi sostituti dei secondi piatti di origine animale solo se associati ai cereali. Combinati tra loro forniscono proteine ad alto valore biologico sovrapponibili a quelle presenti in carne, pesce, formaggi e uova. Inoltre, favoriscono il raggiungimento del fabbisogno di fibra dando anche un maggior senso di sazietà e sono sostenibili per l'ambiente.

Spezie, erbe aromatiche, cipolla e aglio

Spezie ed erbe aromatiche: evitarle fino ai 12 mesi. Cipolla, aglio e porro possono invece essere utilizzati per la preparazione di sughi e minestre. Fino all'anno deve essere evitato il sale.

Latte materno

Il latte materno rappresenta almeno fino ai 6 mesi la fonte idrica per eccellenza, se il consumo di latte materno prosegue oltre i 6 mesi seguire la Procedura gestione latte materno al nido in Allegato n. 8.

Acqua

Mano a mano che la quantità di latte sarà sostituita dall'acqua è comunque indicata l'acqua naturale non addizionata di aromi o zucchero.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

Succhi di frutta, bevande gassate, the e tisane

Evitare il consumo di succhi di frutta e di tutte le bevande zuccherate poiché contribuiscono ad abitudini non salutari negli anni successivi e si associano allo sviluppo di diabete e obesità in età pediatrica. L'abitudine al consumo di questi prodotti è inoltre associata a un maggior rischio di ridurre l'assunzione del latte che in questa fascia di età deve essere ancora garantita. L'abitudine di intingere il ciuccio nello zucchero e/o nel miele (alimento vietato sotto l'anno di età), utilizzata talvolta per calmare il pianto, deve essere scoraggiata.
Si ricorda che le bustine di the (anche se deteinato) e tisane, compresa la camomilla non sono consigliate sotto l'anno poiché possono interferire sull'assorbimento del ferro. Tali prodotti se in formato solubile possono contenere zucchero aggiunto. Le tisane ottenute a partire dai semi di finocchio sono sconsigliate sotto i 4 anni perché contengono una sostanza (estragolo) cancerogena e potenzialmente genotossica.

Alimenti per spuntini e merende

Per lo spuntino di metà mattina e la merenda del pomeriggio l'alimento ottimale è la frutta fresca di stagione (la consistenza va valutata in base alle capacità masticatorie).
In alternativa, poiché l'obiettivo del menù scolastico è quello di limitare il consumo di grassi e zuccheri, possono essere proposti prodotti come yogurt semplici, biscotti non farciti, torte semplici senza crema possibilmente preparate in loco.
Si ricorda che fino all'anno il latte vaccino va sostituito con il latte di proseguimento.

Alimentazione 12-36 mesi

Dai 12 mesi la fase dello svezzamento dovrebbe essere conclusa e dovrebbero essere stati introdotti tutti gli alimenti compatibilmente con lo sviluppo del singolo bambino. Mano a mano che la dentizione si conclude e lo sviluppo motorio si perfeziona saranno inseriti gli alimenti in tutte le loro consistenze.
Le indicazioni nutrizionali di tipo qualitativo e la composizione del pasto sono sovrapponibili a quelle fornite per la fascia di età 3-6 anni.

3.4 Indicazioni per le scuole dell'infanzia, primarie e secondarie di primo grado

Scelte qualitative degli alimenti e frequenza dei piatti nella ristorazione scolastica

Tutte le materie prime e i prodotti utilizzati devono rispettare la normativa vigente.

PRIMI PIATTI

Primi piatti asciutti: *frequenza 3-4 v/settimana scolastica*

- ruotare la qualità dei cereali: frumento, riso, mais, orzo, farro, ecc. proponendo anche quelli integrali;
- diversificare la tipologia dei piatti proposti: pasta, risotti, insalate di riso o pasta, insalata di cereali, orzotto, polenta, gnocchi, gnocchi alla romana, pizza, ecc.;
- variare la tipologia di sughi preferendo quelli con verdure di stagione, pomodoro o olio extravergine di oliva. I primi piatti asciutti conditi con sughi a base di verdure sono un ottimo modo per veicolare ortaggi spesso poco graditi dalla popolazione infantile quali le crucifere (broccoli, cavolfiori, verza, ecc.);

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

- per gli gnocchi preferire quelli a base di patate e privi di solfiti, ricordando che sono da evitare nei bambini della scuola dell'infanzia per il rischio soffocamento;
- per la pasta ripiena preferire i ripieni di magro (es. ricotta e spinaci, zucca, ecc.);
- è preferibile limitare a non più di una volta alla settimana i condimenti a base di proteine animali (es. ragù di carne o di pesce, formaggi, pasta ripiena, gnocchi alla romana, lasagne/cannelloni, ecc.). Qualora venissero proposti primi piatti contenenti fonti proteiche animali è opportuno abbinarli a:
  - una porzione ridotta di secondo piatto oppure
  - un secondo piatto a ridotto contenuto proteico (es. legumi, uova, ricotta, ecc.).
- per favorire il consumo di legumi si consiglia di inserirli come condimento del primo piatto con le seguenti modalità: pasta, riso, orzo o altri cereali + legumi come piatto unico oppure abbinati ad una porzione ridotta di secondo piatto o ad alimenti a ridotto contenuto proteico (es. legumi, uova, ricotta, ecc.);
- per la pizza (non più di 1 volta a settimana) possono essere proposte le seguenti opzioni:
  - pizza come piatto unico (es. Margherita) + passato di verdura senza cereali e/o contorno di verdura cruda o cotta oppure
  - pizza Margherita + ½ porzione di secondo piatto + contorno di verdura cruda o cotta oppure
  - pizza rossa o focaccia bianca + secondo piatto + contorno di verdura cruda o cotta.

Nella scuola dell'infanzia, in cui mediamente i livelli di accettazione complessivi sono più elevati e le porzioni più ridotte, risulta più facilmente perseguibile la proposta di menù composti da: piatto unico + contorno + pane + frutta; per la preparazione del piatto unico andranno utilizzate le grammature dei cereali previste per il primo piatto asciutto e le grammature di carne/pesce/uova/formaggio/legumi previste come secondo piatto.

Per le primarie e le scuole secondarie di 1° grado, in considerazione sia dell'aumento delle grammature per porzione sia della flessibilità dei livelli di accettazione, può essere utile proporre preparazioni che, pur mantenendo la composizione qualitativa dei "piatti unici", prevedano l'utilizzo di quantità ridotte di secondo piatto o secondi piatti a ridotto contenuto proteico.

» ***Primi piatti non asciutti:*** *frequenza di 1-2 v/settimana scolastica (nel periodo estivo è possibile ridurre la frequenza a 1-2 v/mese)*

- base brodo (minestrine, semolini, ecc.): preparare il brodo con verdure fresche e/o surgelate o carne fresca. Si sconsigliano dadi o preparati per brodo per la presenza di sale e glutammato di sodio;
- base verdura e/o legumi (minestrone, passato o crema): utilizzare verdure fresche o surgelate, legumi preferibilmente secchi o surgelati. Per i più piccoli, ma non solo, al fine di favorire l'educazione al gusto, si potrebbe proporre una portata mono verdura (es. crema o passato di carote, crema o passato di zucca, crema o passato di zucchine, ecc.);
- tutti i primi piatti non asciutti possono essere integrati con cereali sotto forma di pasta, riso, orzo, farro, crostini (preferibilmente preparati in loco), ecc.

SECONDI PIATTI

Per i secondi piatti, in tabella 5 sono riportate le frequenze settimanali indicative sui 5 giorni della settimana scolastica.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

Alimenti	Frequenza di consumo sulla settimana scolastica (5 pranzi/settimana scolastica)
Carne	1 volta (alternando la carne bianca alla carne rossa)
Pesce	1 volta
Legumi	1 volta (anche all'interno dei primi piatti come piatto unico)
Uova	1 volta come frittata o tortino o sodo ecc. più eventualmente 1 volta a settimana scolastica come ingrediente di piatti composti (es. polpette, impanatura, ecc.)
Formaggio	1 volta
Salumi	al massimo 1-2 volte al mese in sostituzione della carne

Tabella 5 - Frequenza consigliata dei secondi piatti

Carne

- Utilizzare i tagli più magri eliminando il grasso visibile e variando le tipologie (bovino, suino, pollo, tacchino, coniglio, ecc.);
- variare le preparazioni proponendo, per esempio, la carne cucinata al forno o sotto forma di arrosti, scaloppine, spezzatini, ecc.;
- per promuovere la masticazione del cibo, si consiglia di variare le preparazioni con consistenze diverse;
- le ricette più elaborate come la carne impanata (cotta al forno), le polpette e i polpettoni (preparate in loco) a causa del maggiore rischio igienico sanitario, necessitano di una procedura di preparazione accurata.

Pesce

- È consigliabile l'utilizzo delle seguenti qualità: merluzzo, sogliola, nasello, platessa, limanda opportunamente diliscati;
- è preferibile non utilizzare tipologie di pesce ad alto rischio di contaminazione da metalli (es. pesce di grande pezzatura);
- le ricette più elaborate come il pesce impanato (cotta al forno), gratinato o sotto forma di polpette/crocchette devono essere preparati in loco;
- evitare il pesce conservato in scatola per il più alto contenuto in sale rispetto a quello fresco, per il rischio di contaminazione da metalli pesanti, trattandosi quasi sempre di conserve di tonno e per il drastico trattamento di trasformazione subito (sterilizzazione/appertizzazione) che ne altera sensibilmente i valori nutritivi.

Formaggi

Si possono consumare tutti i tipi di formaggio ad esclusione di:

- Formaggi freschi da latte crudo, in considerazione dei maggiori rischi microbiologici correlati all'impiego di latte non pastorizzato
- Formaggi fusi (formaggini, sottilette) o spalmabili contenenti sali di fusione (citrati) poiché riducono l'assorbimento del calcio.

Salumi

L'OMS, l'AIRC e il Ministero della Salute sono concordi nel promuovere una netta riduzione del

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

consumo di carni processate anche per il loro elevato contenuto in sale e perché sottoposti a trattamenti di trasformazione che possono prevedere l'utilizzo di conservanti.
Nel caso in cui fossero previsti nel menù, in sostituzione della carne, i salumi possono essere utilizzati tenendo in considerazione le seguenti indicazioni:

- preferire i salumi non insaccati come prosciutto cotto, prosciutto crudo sgrassato (evitarlo nell'infanzia per il rischio di soffocamento), arrosto di tacchino, bresaola;
- non sono consentiti tutti gli insaccati (salame, mortadella, wurstel, salsiccia, ecc.) in quanto non sono considerati idonei per il più basso contenuto proteico e/o per l'alto contenuto in grassi.

Uova

Le uova possono essere utilizzate tal quali (opportunamente cotte) o per la preparazione di piatti come tortini, frittate, flan, omelette, ecc. e sono un ottimo strumento per veicolare le verdure. Inoltre, per il loro più basso contenuto proteico, possono essere associate a paste ripiene o a primi piatti conditi con sughi proteici (es. pasta e legumi, pasta al ragù, ecc.).

Legumi

Per favorire il consumo dei legumi come secondo piatto, una strategia può essere quella di proporli sotto forma di polpette, insalate fredde, flan, hummus, farinata, ecc.
Il loro utilizzo oltre ad essere vantaggioso dal punto di vista nutrizionale, lo è anche dal punto di vista ambientale.
Per incentivare il consumo di alimenti di origine vegetale, può essere utile prevedere almeno un pasto privo di fonti animali al mese.

CONTORNI

Verdura

- Tutta la verdura deve essere di stagione e fresca;
- l'utilizzo della verdura surgelata deve essere limitata a occasioni sporadiche e limitata esclusivamente a tipologie di verdura che richiedono tempi di mondatura lunghi come spinaci, biete e fagiolini. Al fine di perseguire le finalità educative, sarebbe auspicabile che le verdure surgelate utilizzate siano coerenti con la stagione (es. fagiolini in estate e spinaci in inverno);
- sul menù deve essere specificato il tipo di verdura (no alla denominazione generica "verdura");
- alternare le preparazioni crude a quelle cotte.

Alcuni tipi di ortaggi, tra cui le crucifere (es. broccoli, cavolfiori, verza, cavoletti di Bruxelles, ecc.), possono essere non graditi dai cosiddetti "super taster", ossia persone che hanno una spiccata sensibilità verso il loro "retrogusto" amarognolo. Al fine di promuoverne il consumo, possono essere utilizzati alcuni accorgimenti quali per esempio inserirli come condimento del primo piatto, associarli a ortaggi dal gusto dolciastro (es. zucca, patate e carote, ecc.) o gratinarli.

Patate

Le patate sono ortaggi (non sono considerate verdura) con più elevato contenuto di amidi e pertanto sono da associare a primi piatti non asciutti. È preferibile inserirle non più di 1 volta a settimana.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

Pane

Il pane deve essere presente quotidianamente e inserito nella griglia di menù.
È da preferire il pane semplice e non condito.
La sperimentazione di un pane a contenuto dimezzato di sale o senza sale (come da disciplinare approvato in Piemonte), potrebbe avvenire una/due volte la settimana nei giorni in cui ci sono portate più saporite, salvo poi estenderla in caso di gradimento.
Altre tipologie di pane da sperimentare possono essere quello integrale e multi-cereali.

Fine pasto

- La frutta rappresenta il fine pasto ideale. È possibile con una frequenza massima di 1 v/ settimana scolastica, se richiesto, sostituire la frutta fresca di stagione con un dessert preferibilmente a base di latte (es. yogurt, gelato, ecc.). Per un discorso educativo nonché nutrizionale è bene non inserire altre tipologie di dolci (a più elevato apporto calorico e/o di grassi) a fine pasto;
- tutta la frutta deve essere di stagione e fresca, intera o sotto forma di macedonia non zuccherata;
- la tipologia di frutta presente nel menù non deve necessariamente essere specificata e può essere utilizzata la denominazione "frutta fresca di stagione". È comunque da garantire l'alternanza e la varietà durante la settimana delle tipologie di frutta stagionale. Si richiede di allegare al ricettario un elenco di frutta fresca proposta nel periodo invernale ed estivo;
- per aumentare l'apporto giornaliero di fibre è consigliato, laddove possibile, consumare la frutta con la buccia, previo accurato lavaggio;
- per quanto riguarda i succhi di frutta, anche se con indicazione senza zuccheri aggiunti, sono da evitare, ed in particolare non sono da proporre in sostituzione della frutta a fine pasto.

CONDIMENTI

Grassi da condimento

- L'olio extravergine di oliva è la scelta migliore, sia per la cottura che per il condimento a crudo degli alimenti;
- tra i grassi da condimento è opportuno limitare il consumo di quelli di origine animale (es. burro, ecc.) al massimo 1-2 volte al mese;
- evitare l'utilizzo di margarine (che potrebbero contenere grassi vegetali idrogenati o trans) e altri condimenti come pancetta, strutto, lardo, ecc.;
- per insaporire i cibi e ridurre la quantità di sale usato in cucina possono essere utilizzate spezie ed erbe aromatiche.

Sale

Limitare l'utilizzo di sale sia per la cottura che per il condimento a crudo dei cibi. Sarebbe utile adottare accorgimenti e procedure per ridurre l'utilizzo di sale nella preparazione dei pasti (come da Piano Nazionale della Prevenzione 2020-2025).
Utilizzare il sale, sia fino che grosso, arricchito in iodio (sale iodato), preferendo quello con "iodio protetto" che non disperde il minerale durante la cottura.

Salse

- Evitare l'utilizzo di salse ad alto contenuto in grassi (es. maionese, panna, ecc.). Per rendere

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi della Regione Piemonte

più cremosi i piatti può essere utilizzato il latte;
- la besciamella può essere preparata con un quantitativo ridotto di burro o di olio. E' possibile preparare una besciamella "leggera" utilizzando esclusivamente farina, acqua e latte.

BEVANDE

L'acqua è la bevanda d'elezione da consumare al pasto. Non sono consentite altri tipi di bevande. Si sottolinea che l'utilizzo dell'acqua della rete idrica municipale permette di ridurre notevolmente la quantità di plastica che impatta negativamente sull'ambiente. In casi particolari (sapore poco gradevole, emergenze, ecc.) si suggerisce di richiedere bottiglie o boccioni di volume il più capiente possibile, in modo da limitare il riciclo della plastica.

3.5 Griglia guidata per l'elaborazione dei menù scolastici

Per aiutare Comuni, scuole e ditte di ristorazione collettiva a formulare menù idonei è stata realizzata una "griglia guidata" che riporta per ogni portata (primo piatto, secondo, contorno, frutta) la denominazione generica del piatto da inserire (es. primo asciutto o in brodo o secondo a base di carne o pesce, ecc.).
Sarà compito di chi elabora il menù di inserire una ricetta corrispondente alla categoria merceologica riportata nella griglia guidata. È possibile effettuare modifiche purché vengano rispettate le frequenze, le rotazioni e mantenute le associazioni dei piatti all'interno della giornata.
Qualora durante l'anno scolastico si osservi che alcune tipologie di piatti generino un quantitativo di avanzi elevato, si invita a non mantenere lo stesso piatto per tutto l'anno scolastico, ma di sostituirlo con una ricetta diversa che appartenga però alla stessa categoria di piatto indicata nella griglia guidata. Per fare un esempio, se si notasse che il giorno in cui è previsto "pesce olio e limone" gli avanzi sono notevoli, si potrebbe provare a sostituire il piatto con un'altra ricetta a base di pesce (es. "pesce gratinato al forno").

Il parere all'ASL deve essere richiesto ogni volta che siano apportate variazioni sostanziali al menù o in ogni caso almeno ogni 5 anni.
Per variazione sostanziale s'intende ad esempio:

- modifica di un alimento che non rientra nello stesso gruppo di alimenti es. carne e pesce;
- modifica di preparazione es primo piatto asciutto con primo piatto non asciutto;
- verdura fresca con verdura surgelata in modo permanente;

Le variazioni legate a situazioni occasionali e di emergenza es. mancata consegna di un fornitore non va comunicata, in quanto risulta una non conformità che va gestita in ambito di autocontrollo tenendo conto anche delle diete speciali.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente copia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è conservato negli archivi di Regione Piemonte

GRIGLIA GUIDAIA PER L'ELABORAZIONE DEI MENU SCOLASTICI

		Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1°	*Primo piatto*	Asciutto	In brodo	Asciutto	Asciutto	In brodo con legumi
	Secondo piatto	Legumi	Carne	Formaggio	Pesce	Uova
	Contorno	Verdura fresca di stagione	Patate	Verdura fresca di stagione	Verdura fresca di stagione	Verdura fresca di stagione
	Pane	Comune	Comune	Comune	Comune	Comune
	Fine pasto	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
2°	*Primo piatto*	In brodo	Asciutto	In brodo con legumi	Asciutto	Asciutto
	Secondo piatto	Carne	Pesce	Uova	Formaggio	Legumi
	Contorno	Patate	Verdura fresca di stagione	Verdura fresca di stagione	Verdura fresca di stagione	Verdura fresca di stagione
	Pane	Comune	Comune	Comune	Comune	Comune
	Fine pasto	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
3°	*Primo piatto*	Asciutto	In brodo con legumi	Asciutto	In brodo	Asciutto
	Secondo piatto	Formaggio	Uova	Carne	Pesce	Legumi
	Contorno	Verdura fresca di stagione	Verdura fresca di stagione	Verdura fresca di stagione	Patate	Verdura fresca di stagione
	Pane	Comune	Comune	Comune	Comune	Comune
	Fine pasto	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di s tagione	Frutta fresca di stagione
4°	*Primo piatto*	In brodo con legumi	Asciutto	Asciutto	In brodo	Asciutto
	Secondo piatto	Uova	Formaggio	Legumi	Carne	Pesce
	Contorno	Verdura fresca di stagione	Verdura fresca di stagione	Verdura fresca di stagione	Patate	Verdura fresca di stagione
	Pane	Comune	Comune	Comune	Comune	Comune
	Fine pasto	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi del Regione Piemonte

Dalle grammature a crudo alle porzioni a cotto durante la distribuzione

Per garantire il soddisfacimento dei fabbisogni nutrizionali dei soggetti in età evolutiva che consumano il pasto a scuola, non è solo necessario che i centri cottura, le cucine o i punti di somministrazione rispettino le grammature a crudo (presenti nelle tabelle dietetiche), ma è fondamentale che gli operatori che si occupano della distribuzione dei pasti siano formati sull'utilizzo di strategie che permettano un adeguato porzionamento degli alimenti in mensa, differenziato per fasce d'età.

Pertanto gli addetti alla distribuzione dovrebbero essere formati ad utilizzare una procedura codificata che favorisca la standardizzazione delle porzioni (Allegato 4). Di seguito si offrono alcuni spunti:

Piatto campione

Coloro che si occupano della distribuzione del pasto, prima dello sporzionamento, allestiscono un piatto campione, preparato sulla base delle tabelle di conversione crudo-cotto (Allegato n. 5). Tali tabelle, differenziate per tipologia di alimento e per fascia d'età, devono essere visionabili presso il centro cottura e/o il punto di refezione.

Il piatto campione così preparato verrà utilizzato come modello dagli addetti alla somministrazione per porzionare.

Foto del piatto campione

Fotografare i piatti campione (atlante fotografico) e creare un documento da consegnare agli addetti alla somministrazione, come modello di corretta porzione.

Utensili tarati

Prevede l'utilizzo di utensili con dimensioni diverse a seconda della fascia di età, per i quali è stata verificata la corrispondenza tra grammatura a crudo e volume a cotto (Allegato n. 5), in modo tale che permetta all'addetto alla somministrazione, "con una sola presa", di servire la corretta porzione (es. schiumarola dal diametro di 10 cm per scuole dell'infanzia; schiumarola dal diametro di 11 cm per scuole primarie; schiumarola dal diametro di 12,5 cm per scuole secondarie).

Per i secondi piatti è possibile utilizzare la tabella di conversione crudo-cotto oppure fornire indicazioni sul numero di pezzi da servire, a seconda della fascia d'età.

3.6 Strategie per favorire comportamenti salutari in mensa

L'organizzazione degli spazi e degli arredi dell'ambiente di consumo del pasto

Il pranzo a scuola costituisce indubbiamente un'occasione formativa importante nel contesto della permanenza scolastica dello studente ed anche per questo merita una maggiore attenzione da parte di coloro che sono responsabili della sua organizzazione. È indubbio infatti che essa presenti aspetti psicologici molto importanti che meritano di essere tenuti presenti e valorizzati, anche per i risvolti sul piano educativo e delle stesse attività didattiche che essi comportano. In questa ottica occorre superare il concetto di "ambiente mensa" come luogo di somministrazione e consumo dei pasti, dove l'utente bambino deve assumere solo un ruolo passivo e spersonalizzante. L'organizzazione

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi della Regione Piemonte

degli spazi e degli arredi dello spazio mensa, al contrario, agisce in maniera determinante sulle altre variabili prese in esame: la gestione della mensa, l'atteggiamento degli insegnanti, la comunicazione verbale e non verbale. Nella realtà di tutti i giorni, purtroppo, la concezione di questi spazi, per la maggior parte dei casi, è ancora sostanzialmente contrastante con le considerazioni espresse sul valore formativo del momento del pasto per la scadente condizione del patrimonio nazionale di edifici scolastici; la mensa spesso è ricavata da ambienti non inizialmente progettati per questa funzione, con i problemi di spazio, rumore, luminosità e comfort che ne derivano.

La presentazione del piatto

Oltre ai requisiti sensoriali e di sicurezza igienica, la presentazione dei piatti e della tavola hanno un ruolo non trascurabile in relazione all'accettazione del pasto e alla soddisfazione dell'utenza. Gli alimenti presentati con cura, in piatti non di plastica, lavati con sostanze che non lasciano odori residui, su tavole ben apparecchiate, invogliano di più ad assaggiare i cibi proposti. Per quanto sia innegabile la comodità delle stoviglie monouso, esse producono un'enorme mole di rifiuti e questo non è sicuramente educativo sul piano ambientale, anche se si considera l'utilizzo di composti 100% biodegradabili. Inoltre, potrebbero non facilitare l'autonomia del bambino, e non essere pratiche in alcuni utilizzi (es. coltello di plastica per tagliare la frutta, forchette che si spezzano facilmente a fronte di un alimento di consistenza dura). Le stoviglie monouso dovranno quindi essere prese in considerazione solo dove risulta assolutamente impossibile un'alternativa come la rottura temporanea della lavastoviglie.

Vivibilità dell'ambiente mensa

La vivibilità degli ambienti consiste nell'attenzione all'uso del colore, della luce, dei materiali e al comfort acustico. Mai come in ambito scolastico la qualità acustica degli ambienti è fondamentale per il benessere dei fruitori, anche se spesso è la parte più trascurata nella progettazione degli edifici. Il frastuono che si genera nelle grandi mense, spesso superiore ai limiti della tollerabilità, è il più pesante elemento di disturbo. Andranno adottati tutti gli accorgimenti necessari all'interno, ed eventualmente all'esterno, per contenere la rumorosità immessa. Per contenere e ridurre i tempi di riverbero a limiti per lo meno accettabili è necessario aumentare il potere fonoassorbente del soffitto e delle pareti mediante l'applicazione di appositi pannelli.
Altri accorgimenti acustici "passivi" potrebbero essere costituiti da coperture frastagliate, divisione dello spazio in microaree, forme non rettilinee, ecc... Anche la scelta dei prodotti e delle tecnologie è importante.
L'insonorizzazione e l'uso di materiali appropriati, nonché la valorizzazione dello spazio mensa attraverso la scelta adeguata dei colori di tinteggiatura e di elementi di arricchimento (es. poster a parete) costituiscono un corredo fondamentale ed un arricchimento da perseguire per i locali di refezione.
Nel caso di nuove progettazioni di locali, i requisiti di cui sopra dovrebbero essere imprescindibili. Qualora invece le strutture siano già esistenti e necessitino di ottimizzazioni, si potrebbe inserire, tra le proposte delle offerte qualitative delle gare di appalto, il miglioramento della vivibilità dell'ambiente mensa.

Sfavorire il bis

È diffusa l'abitudine di permettere di fare il bis. Nella ristorazione scolastica, per scoraggiare l'eccesso calorico e un apporto nutrizionale non equilibrato, soprattutto se proposti ad ogni fine portata, sarebbe più corretto far consumare (o almeno assaggiare) tutte le portate.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
stituito ai sensi di legge e conservato presso gli archivi della Regione Piemonte

Invertire l'ordine cronologico delle portate

Laddove possibile, in base all'organizzazione della struttura, una strategia risultata efficace (secondo l'esperienza delle vigilanze nutrizionali effettuate da Personale del SIAN presso i punti di refezione scolastica) è quella di invertire l'ordine delle portate, iniziando col servire il contorno ed il secondo piatto e successivamente il primo.
Questa semplice pratica sembrerebbe aumentare il consumo di verdura con conseguente riduzione degli avanzi, sfruttando il senso di fame dei bambini all'inizio del pasto.
Tale pratica, già vincente in diversi nidi e scuole dell'infanzia, potrebbe essere estesa anche alle scuole primarie.
Inoltre, potrebbe anche essere raccomandata ai genitori soprattutto per favorire il consumo di "alimenti difficili".

3.7 Il piatto unico

Molti alimenti, previsti come primi e secondi piatti, ben si prestano a essere accostati all'interno di una stessa preparazione, realizzando ciò che viene tradizionalmente definito "piatto unico". Tali proposte rappresentano un'ulteriore opportunità sia dal punto di vista nutrizionale che educativo, consentendo di abituare i bambini/ragazzi al concetto che taluni piatti non necessitano di essere accostati ad altri alimenti proteici nell'arco dello stesso pasto, essendo di per sé già nutrizionalmente "completi". Inoltre, permettono di ampliare la varietà delle preparazioni, offrendo nel contempo stimoli sensoriali diversi, atti a implementare la curiosità degli alunni.
Il graduale inserimento di preparazioni costituite da cereali e alimenti proteici, associate solo ad un contorno di verdura, richiede la necessità di attuare percorsi didattico-educativi atti a favorirne il consumo e di monitorare nel tempo gli eventuali avanzi, al fine di ottenere buoni livelli di accettazione degli stessi.
Pertanto, considerando quanto sopra premesso, sono ipotizzabili differenti modalità di applicazione di tali proposte alimentari, che devono sempre essere adattate ad ogni specifica realtà territoriale.

3.8 Consigli per lo spuntino di metà mattina

Dati di letteratura suggeriscono di frazionare l'assunzione calorica giornaliera degli alimenti in 4 o 5 pasti: il consumo di uno spuntino a metà mattina e/o a metà pomeriggio può essere utile alla funzionalità del corpo umano in quanto favorisce il miglioramento dell'umore/attenzione, attenua la sensazione di fame in tarda mattinata e/o tardo pomeriggio, potenzia le capacità di apprendimento, in particolare la memoria, a tutte le età.
Perché questo avvenga, lo spuntino deve tuttavia avere determinate caratteristiche qualitative: una più elevata proporzione di carboidrati rispetto ai grassi e un apporto energetico non eccessivo. La scelta ideale per lo spuntino dovrebbe essere frutta o verdura fresca di stagione, in quanto questi alimenti sono caratterizzati da un elevato contenuto di fibre e dotati di un elevato potere saziante, che però non altera l'appetito del pranzo.
Sia per questo motivo che per l'esperienza effettuata in questi anni di vigilanza nutrizionale nelle mense scolastiche da parte del personale dei SIAN piemontesi, che ha permesso di appurare lo scarso consumo di frutta a fine pasto da parte dei bambini, è consigliabile anticipare, quando possibile a livello organizzativo, il consumo della frutta fresca del pranzo della mensa allo spuntino di metà mattina.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
servato negli archivi della Regione Piemonte

Consumare la frutta a metà mattina

Per facilitare il consumo del pranzo è necessario che i bambini arrivino al pasto con un "giusto" senso di fame. Per raggiungere tale obiettivo, un'ottima strategia è quella di proporre frutta fresca di stagione allo spuntino di metà mattina. Infatti, le caratteristiche nutrizionali e organolettiche della frutta offrono un effetto saziante nell'immediato senza alterare l'appetito nel lungo termine.
Per favorire questo comportamento può essere utile anticipare, quando possibile a livello organizzativo, il consumo della frutta del pranzo a metà mattina.
Adottando questa scelta salutare, diversi sono gli aspetti positivi che ne possono derivare. Di seguito, se ne elencano alcuni:

- per effetto trainante del gruppo di pari, i bambini meno favorevoli al consumo di frutta saranno stimolati da coloro che la gradiscono e dal fatto che la merenda sarà unica e uguale per tutti;
- riduzione degli sprechi alimentari, senza impattare sull'aumento dei costi del servizio mensa per le famiglie, essendo la frutta già compresa nel buono pasto;
- sgravare le famiglie dal fornire merende che, per questioni di tempo e di praticità, ancora spesso sono ipercaloriche e ad elevato contenuto di grassi, zuccheri e/o sale.

Il momento dello spuntino a metà mattina e del pranzo rappresenta un'occasione preziosa per confrontarsi su un tema complesso quale il comportamento alimentare salutare. Si invitano pertanto gli insegnanti ad utilizzare queste occasioni per attivare percorsi di educazione alimentare, essendo la scuola luogo di elezione per la formazione.
Dal punto di vista di sicurezza igienica, si precisa che è possibile proporre il consumo della frutta della mensa del giorno prima, in quanto la frutta può essere conservata all'interno delle classi a temperatura ambiente. Si sottolinea che la frutta può essere consumata con la buccia, previo adeguato lavaggio preliminare, spesso già effettuato dalla Ditta di ristorazione.
Qualora il menù prevedesse a fine pranzo lo yogurt o il gelato (massimo 1 volta a settimana scolastica) la possibilità potrebbe essere la seguente:

- per questioni di temperatura e/o praticità il dessert sarà servito a fine pranzo e le famiglie forniranno, per quella giornata, la merenda di metà mattina.

Proposte equilibrate per spuntini e merende

La merenda del pomeriggio, come lo spuntino di metà mattina, deve essere facilmente digeribile e non eccessivamente energetico (5-10% dell'apporto calorico giornaliero) e deve avere carattere di "spezza fame" in modo da non indurre inappetenza al successivo pasto principale.
L'adeguatezza del pranzo a scuola, e dei pasti principali in generale, è molto influenzata da quanto e da che cosa è stato consumato nelle ore precedenti. Le soluzioni collaudate come le merende bilanciate preparate a casa, oppure inserite in progetti specifici quali "Il contratto della merenda" o fornite dal Ministero delle Politiche Agricole e Forestali con il progetto europeo "Frutta nelle scuole" si inseriscono perfettamente in un processo di promozione di corretti stili alimentari.
Fermo restando che è da incentivare il consumo di frutta e verdura, da proporre almeno 2 volte a metà pomeriggio, si forniscono alcuni esempi di merende equilibrate, per meglio orientare le scelte e le proposte per i restanti 3 giorni:

- purea di frutta 100% frutta;
- frullato di frutta (latte + frutta);
- verdura di stagione (es. carote, pomodorini, finocchi, ecc.);
- frutta secca (non salata e non caramellata);
- yogurt bianco + frutta fresca in pezzi;

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

- yogurt bianco + frutta secca (non salata e non caramellata);
- yogurt alla frutta;
- pane comune e ricotta;
- pane comune e olio extravergine di oliva;
- pane comune e pomodoro;
- pane comune /fette biscottate/gallette con confettura (con almeno il 65% di frutta) o miele
- torte semplici senza crema possibilmente preparate in loco.

3.9 Le grammature differenziate

Ricettario - Requisiti Minimi

In cucina, oltre alle tabelle dietetiche, le cui grammature, a crudo e al netto degli scarti, devono essere riferite per porzione e differenziate per fascia di età, è raccomandabile mantenere a disposizione degli organi di vigilanza e dell'utenza, anche il Ricettario, un documento di raccolta delle ricette dei piatti inseriti nel menù.

Di ogni ricetta si dovrà riportare:

- gli ingredienti che la compongono;
- le modalità di preparazione e cottura di ciascun piatto;
- i comportamenti da prestare in ogni fase di preparazione per garantire la sicurezza del prodotto finale (le buone pratiche di lavorazione per ridurre i potenziali rischi alimentari - microbiologici, chimici e nutrizionali -, ad esempio cross-contaminazioni, catena del freddo, ecc.);
- la presenza degli allergeni previsti dall'allegato II del Reg. (UE) 1169/2011.

ALIMENTI	6-9 mesi gr	9-12 mesi gr	12-36 mesi gr
pasta, riso, mais, orzo, farro nei piatti asciutti	20-25	25-30	35-40
pasta, riso, mais, orzo, farro nei piatti in brodo	10-15	15-20	20-25
carne fresca	20-30	20-30	30-40
omogeneizzato di carne	40	40	no
pesce fresco	30-40	30-40	40-50
omogeneizzato di pesce	40	40	no
formaggio ricotta	30	30	30-35
formaggio tipo mozzarella/caciotta	20	20	25-30
formaggio stagionato	10	10	15-20
uova	mezzo	mezzo	n. 1
legumi secchi	10-15	10-15	15-20
legumi freschi	40-45	40-45	45-60

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

verdura in foglia crude	15-20	20-25	25-30
verdura in foglia da cuocere (spinaci, biete)	30-50	30-50	60-70
verdura non in foglia	30-50	30-50	60-70
patate	50-60	50-60	60-70
pane	15-20	15-20	20-30
frutta fresca	80	80	80-100
olio per pasto	5	5	5
parmigiano per condire il primo piatto	5	5	5

Tabella n. 6 - Grammature asili nido

Le grammature differenziate per infanzia, primaria e secondaria di I grado (i grammi sono riferiti all'alimento a crudo e al netto di scarti)

Le grammature ufficiali sono riportate nel Crea e desunte dai LARN, quelle delle tabelle sottostanti sono frutto dell'esperienza dei SIAN sul territorio piemontese. I range sono stati adottati per consentire alle strutture una flessibilità pur rimanendo nella copertura dei fabbisogni.

Primi piatti in brodo

Tipologie alimenti	INFANZIA 3-6 anni gr	PRIMARIA 6-11 anni gr	SECONDARIA DI 1° 11-14 anni gr
Pastina, riso o altri cereali in brodo vegetale o per minestre o passati	30-35	35-40	40-50
Pasta fresca ripiena in brodo	30-40	40-50	50-70
Pasta secca ripiena in brodo	25-30	30-40	40-55
Condimenti: verdura fresca/gelo per minestre o passati	min. 120	min. 150	min. 200
Condimenti: legumi secchi per minestre o passati	10-15	20-30	30-40
Condimenti: legumi freschi/gelo per minestre o passati	30-45	60-90	90-120

Primi piatti asciutti

Pasta, riso o altri cereali asciutti (orzo, farro, cous cous...), farina di mais per polenta	50-60	70-80	90-100
Gnocchi di patate	140-160	170-190	200-220
Gnocchi alla romana	90-110	130-150	150-170

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

Pasta ripiena asciutta/all'uovo fresca	60-80	80-100	100-130
Pasta ripiena asciutta/all'uovo secca	45-60	60-75	75-100
Lasagne pomodoro e besciamella	120-150	150-180	180-210
Pizza bianca/Pizza rossa al pomodoro*	120-150	160-190	200-230

** Qualora le lasagne o la pizza siano proposte come piatto unico sarà necessario inserire al loro interno la porzione intera di secondo piatto proteico. In alternativa è possibile proporre lasagne e/o pizza con all'interno un ridotto quantitativo proteico da abbinare con un secondo piatto a base di uova, legumi, ricotta.*

Secondi piatti

Ricotta	60-80	80-100	120-150
Formaggi tipo mozzarella, stracchino, primo sale, ecc. (grassi <25%)	50-60	70-90	100-120
Formaggi tipo fontina, toma, robiola, ecc. (grassi >25%)	25-30	35-50	50-60
Prosciutto cotto o crudo, bresaola, arrosto di tacchino	40-50	60-70	70-80
Carne bianca o rossa	50-70	70-90	90-100
Carne per polpette o polpettoni	30-50	50-70	70-90
Pesce filetto	70-80	80-100	100-120
Pesce per polpette	50-60	60-80	80-100
Uova	n. 1	n. 1	n. 1 e ½
Uova per polpette, impasti, doprature, sformati	n. 1x10 porzioni (= 5g)	n. 1x10 porzioni (= 5g)	n. 1x10 porzioni (= 5g)
Legumi freschi/surgelati/scatola	60-80	80-100	100-130
Legumi secchi	20-25	25-35	35-45

Contorni

Insalata cruda a foglia verde o rossa	20-40*	30-50*	30-50*
Verdura cotta o cruda (es. pomodori in pezzi, carote a julienne, ecc.)	80-120*	100-130*	130-150*

** Al fine di ridurre gli sprechi è possibile inizialmente fornire una quantità di verdura pari al range minimo, promuovendo interventi di educazione alimentare mirati al raggiungimento del consumo ideale di verdura.*

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

Varie

Patate (grammatura min. per purea)	100-130	130-150	150-200
Pane comune	40-50	50-60	60-70
Olio extra vergine d'oliva (a pasto)	10-15	15-20	20-25
Burro	5	5	5
Formaggio grattugiato sui primi piatti (solo se gradito)	5	5	5
Frutta fresca di stagione	min. 100	min. 120	min. 150
Yogurt	125	125	125
Gelato	50	50	50

Spuntini o merende

purea di frutta 100% frutta	n. 1 (100)	n.1 (100)	n. 1-2 (100-200)
Frullato di frutta (latte + frutta)	15+150	25+250	30+300
Verdura di stagione (carote, pomodorini, finocchi)	Quantità libera	Quantità libera	Quantità libera
Frutta secca (non salata e non caramellata)	10-15	15-20	20-25
Yogurt bianco + frutta in pezzi	125+30	125+50	150+80
Yogurt bianco + frutta secca	125+10	125+15	150+20
Yogurt alla frutta	125	125	150
Pane e ricotta	30+20	40+20	50+30
Pane e olio extra vergine d'oliva	30+5	40+5	50+10
Pane olio extra vergine d'oliva e pomodoro	30+5+pomodoro libero	40+5+pomodoro libero	50+10+pomodoro libero
Pane con confettura/marmellata o miele	30+10	40+15	50+20
Fette biscottate/gallette con confettura/marmellata o miele	n. 2 +10	n. 3+15	n. 4+20
Gelato	50	80	100
Torta	40	50	60

Tabella n. 7 - Grammature scuole dell'infanzia, primarie e secondarie di primo grado

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi della Regione Piemonte

4. LA SICUREZZA ALIMENTARE E NUTRIZIONALE

Il SIAN è l'organo di controllo che verifica gli aspetti igienico sanitari e nutrizionali delle strutture di ristorazione collettiva scolastica. Il controllo degli aspetti igienici è utile al fine della prevenzione delle malattie trasmesse dagli alimenti (MTA) e la corretta formulazione di un menù è necessaria per garantire adeguati apporti nutrizionali in età evolutiva. Quindi, la verifica igienico sanitaria, che viene effettuata in base alla normativa vigente e la valutazione dei menù che segue le linee guida ufficiali sono due ambiti non scindibili.

La normativa di riferimento in materia di igiene e sicurezza degli alimenti deve essere applicata dall'Operatore del Settore Alimentare (OSA) in tutte le fasi della filiera (produzione, lavorazione, confezionamento, distribuzione, deposito e somministrazione) e il SIAN vigila affinché non venga disattesa. Quindi l'OSA ha l'obbligo di tenere sotto controllo la propria filiera e per approfondimenti si rimanda all'allegato "Sicurezza Alimentare e piano di autocontrollo" n. 11

Mentre il vitto comune segue l'iter di autorizzazione da parte dei SIAN, possono essere presenti particolari circostanze ed eventi occasionali e sporadici che non devono essere autorizzati dal SIAN, non devono tuttavia in nessun caso rappresentare una fonte di rischio sanitario.

È pertanto opportuno che anche la gestione delle situazioni particolari soddisfi alcuni criteri minimi, di seguito elencati a titolo di esempio. A seconda dei casi, le indicazioni fornite possono applicarsi alla ditta che eroga i pasti e/o dalle famiglie dei bambini, alle quali tali informazioni dovranno essere trasmesse.

4.1 Situazioni particolari

Festività e menù a tema

Menù speciali, in occasione di festività e ricorrenze, potranno essere somministrati previa approvazione da parte della Stazione Appaltante.

È prassi in molte scuole realizzare occasionalmente giornate alimentari in cui le proposte differiscono da quanto previsto nel menù. Occorre tuttavia fare una distinzione tra i menù proposti in prossimità di ricorrenze quali Natale, Pasqua, Carnevale (in cui il pasto in mensa rappresenta un'occasione finalizzata alla condivisione di un momento di festa) dai menù a tema non correlati a festività (finalizzati a far sperimentare agli alunni preparazioni di norma non incluse nel menù scolastico).

Infatti, nel primo caso risulta accettabile che le tipologie di piatti inseriti non tengano conto in senso stretto dell'aspetto calorico-nutrizionale, vista la loro sporadicità e visto l'intento di valorizzare aspetti legati alla tradizione e alla cultura culinaria (es. panettone, colomba, chiacchiere, ecc.), mentre nel secondo caso è invece raccomandabile che i piatti scelti siano inseriti in percorsi educativi e perseguano obiettivi nutrizionali.

In occasione di festività religiose o di ricorrenze speciali (es. Natale, Pasqua, halloween, carnevale, ecc.) è consentito variare il menù della giornata senza richiedere parere al SIAN di competenza.

Diverso è per i menù a tema i quali dovrebbero essere inseriti in percorsi didattico-formativi, prevedendo approfondimenti in classe con i docenti (es. creazione di cartellonistica ad hoc, realizzazione di orti didattici, progetti specifici, ecc.). Si sottolinea comunque l'importanza di concordare tali iniziative tra l'Amministrazione Comunale, l'Istituzione Scolastica e i docenti, calendarizzando il loro svolgimento nell'arco dell'anno scolastico. Resta implicita la responsabilità dell'OSA relativa alla sicurezza igienica e alimentare e alla comunicazione degli allergeni (diete speciali).

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

Feste di compleanno

Per i bambini, le occasioni di festeggiare ricorrenze e compleanni rappresentano un momento di convivialità e di condivisione e sono momenti importanti che influenzano la sfera emotiva e di sviluppo.
Frequente è la richiesta da parte delle famiglie di portare a scuola cibo per festeggiare l'evento; tale richiesta, oltre ad integrare l'apporto calorico-nutrizionale dei bambini, richiede accortezze per garantire la sicurezza igienico-sanitaria, sia in termini di salubrità degli alimenti sia in relazione ai rischi legati alle allergie ed alle intolleranze alimentari. Pur fornendo la possibilità di accettare cibo e bevande provenienti dall'esterno dell'ambiente scolastico per il festeggiamento:

- Sarebbe opportuno che questo aspetto fosse disciplinato dal regolamento di Istituto;
- Non è ammessa alcuna preparazione domestica;
- Sono ammessi prodotti preconfezionati stabili a temperatura ambiente;
- Sono altresì ammessi prodotti sfusi di pasticceria/panetteria, purché secchi (stabili a temperatura ambiente) e accompagnati da scontrino di acquisto ed elenco degli ingredienti compresi gli allergeni;
- Occorre verificare se vi siano bambini che non possono consumare la pietanza introdotta (per allergie o intolleranze) e, possibilmente, prevedere un'alternativa.

Gite e viaggi di istruzione

- In caso di trasporto di alimenti è necessario dotarsi di borse termiche;
- È consentito l'utilizzo delle bottigliette d'acqua preconfezionate, ma sarebbe preferibile l'impiego di borracce termiche riutilizzabili;
- Occorre evitare l'impiego di alimenti particolarmente deperibili che richiedono una rigida conservazione refrigerata.

Pasti di emergenza

- Il servizio di ristorazione scolastica dovrà prevedere la gestione dei casi di emergenza nei quali non risulterà possibile preparare e/o somministrare le pietanze previste dal menù (es. mancato approvvigionamento materie prime, interruzione delle forniture di energia, scioperi o carenze di personale, indisponibilità di locali e/o attrezzature, ecc.);
- Le strutture dovranno essere dotate di derrate alimentari di scorta, stabili a temperatura ambiente, sufficienti a soddisfare i fabbisogni dell'utenza;
- Le scorte dovranno comprendere prodotti alimentari adatti anche ai bambini con allergie o intolleranze.

Pasti da casa

Secondo la posizione condivisa dalle Società Scientifiche maggiormente rappresentative, il consumo di cibo portato da casa andrebbe scoraggiato per motivazioni igienico/sanitarie, dietetico-nutrizionali ed educative.

Qualora le Istituzioni pubbliche o il regolamento scolastico intendessero ammettere tale pratica, occorrerà tenere conto di alcune criticità di seguito elencate:

- Il consumo di pasti di provenienza diversa dalla mensa scolastica, da consumarsi a scuola, richiede in primis la garanzia che questi pasti vengano conservati in ambienti e a temperature idonee, al fine di evitare contaminazioni o deterioramenti. Questo comporterebbe la necessità di dotare gli istituti scolastici di idonee apparecchiature frigorifere e/o per il riscaldamento,

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
stituito da n. 39 pagg. Proposte Operative per la Ristorazione Scolastica Della Regione Piemonte

deputate alla conservazione di tali pasti;

- La scelta di somministrare esclusivamente alimenti conservabili a temperatura ambiente non è auspicabile, in quanto finirebbe col penalizzare la varietà e la qualità nutrizionale dei pasti consumati.
- Altro aspetto critico sarebbe rappresentato dalla necessità di garantire la sorveglianza da parte di personale della scuola affinché ciascuno consumi il proprio pasto in sicurezza, evitando il rischio di contaminazioni e scambi di cibo fra i bambini, magari portatori di intolleranze o allergie; a tal proposito è utile ricordare che oltre il 40,6% (report MTA 2022) delle tossinfezioni alimentari in Piemonte interessa preparazioni domestiche;
- Al di là degli aspetti igienici, non va infine trascurata la valenza educativa della ristorazione scolastica, che vede nel momento della condivisione del pasto una straordinaria occasione in cui "educare" dal punto di vista alimentare gli adulti di domani.

Laboratori di cucina / progetti di orticoltura

La produzione e la manipolazione del cibo rappresentano indubbiamente uno strumento educativo molto pratico ed efficace, che richiede, però, alcune misure di prevenzione. Tali misure di prevenzione sono finalizzate alla tutela della salute dei bambini tuttavia, se correttamente comunicate e implementate, costituiscono anche un validissimo strumento didattico per educare alla "Cultura della Sicurezza Alimentare":

- Far lavare le mani ai bambini almeno all'inizio ed alla fine dell'attività;
- Spiegare ai bambini che è necessario non assaggiare quello che si sta manipolando fino alla fine della preparazione;
- Comunicare, in modo semplice e diretto, i concetti dei "5 punti chiave per alimenti più sicuri" (documento OMS 2006 per la diffusione della cultura della sicurezza alimentare):
  - » Abituatevi alla pulizia;
  - » Separate gli alimenti crudi da quelli cotti;
  - » Fate cuocere bene gli alimenti;
  - » Tenete gli alimenti alla giusta temperatura;
  - » Utilizzate solo acqua e materie prime sicure.

4.2 La sicurezza per la gestione delle diete speciali

Per garantire il servizio di ristorazione scolastica in sicurezza anche agli utenti affetti da allergie/intolleranze alimentari e/o malattie metaboliche devono essere elaborate "diete speciali", formulate, preparate e gestite in maniera adeguata per le specifiche patologie.

Il livello di qualità della dieta speciale deve essere appropriato come quello del menù base. Le preparazioni sostitutive devono essere il più possibile simili al menù giornaliero.

È consigliabile elaborare menù standard per le patologie alimentari più diffuse con caratteristiche nutrizionali precodificate, al fine di consentire un rapido inserimento nella ristorazione scolastica degli alunni affetti da tali patologie. Vanno previsti, perciò, menù standard per la celiachia, per l'allergia alle proteine del latte vaccino, per l'intolleranza alle proteine dell'uovo, ecc. provvisti di indicazioni per una corretta manipolazione e scelta degli alimenti.

Nel caso di diete personalizzate prescritte per specifiche necessità terapeutiche del singolo soggetto, procedere all'elaborazione di una dieta ad personam che preveda alimenti e modalità di allestimento specifiche.

Esempi di schede per la formulazione di menù sostitutivi si possono visionare nell'allegato n. 7 "Schede per la formulazione di menù sostitutivi" del presente documento.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

Criteri generali per la gestione delle diete speciali

- Definire obiettivi, responsabilità e procedure inerenti a tutte le fasi (attivazione, produzione, somministrazione, sorveglianza e vigilanza, ecc.);
- inserire nei capitolati la tipologia delle diete speciali da erogare;
- prevedere la presenza nel manuale di autocontrollo di una procedura accurata per la gestione delle diete speciali, tenendo presente i numerosi punti critici presenti in tutte le fasi, dall'approvvigionamento alla distribuzione. Definire anche la gestione delle eventuali non conformità indicando le azioni correttive da attuare (indagine per identificare le cause, attivazione procedura d'emergenza, ecc.);
- richiedere certificazione con diagnosi e prescrizione medica, rilasciata a seguito del completamento di un percorso diagnostico specifico validato (vedere capitolo 5);
- prevedere la formulazione della dieta speciale da parte di personale competente (es. Dietista);
- prevedere nei centri cottura la presenza di personale competente (es. Dietista) per la supervisione della produzione dei pasti speciali;

La preparazione delle diete speciali

- Gli alimenti destinati alla preparazione delle diete speciali devono essere mantenuti separati da tutti gli altri alimenti previsti per la composizione del menù vitto comune e dalle altre diete speciali, per evitare contaminazioni crociate;
- ogni pietanza prevista nella dieta, va preparata e confezionata in una zona dedicata. Quando ciò non è possibile, va garantita una separazione temporale delle preparazioni, dando la precedenza a quelle delle diete speciali rispetto a quelle dei pasti convenzionali, in modo da evitare il rischio di contaminazione;
- gli utensili utilizzati per la preparazione e il confezionamento della dieta devono essere impiegati unicamente per tale produzione. In caso di uso promiscuo è necessario utilizzarli in tempi diversi previa adeguata detersione e sanificazione;
- ciascuna preparazione (primo piatto, secondo piatto, contorno) va riposta in appositi contenitori monoporzione con coperchio, muniti di etichetta con il nome, la classe e la sede dell'utente, al fine di evitare la possibilità di errori/scambi di contenitore;
- il personale addetto alla preparazione deve lavarsi accuratamente le mani, qualora abbia manipolato altri alimenti.

La somministrazione delle diete speciali

- Il bambino va servito sempre per primo: è bene iniziare la distribuzione dalle classi dove sono presenti alunni con dieta speciale, per poi proseguire con gli altri commensali;
- il pasto deve essere distribuito solo dopo che il personale addetto abbia identificato il bambino, di concerto con l'insegnante;
- il personale addetto alla distribuzione, nonché il personale scolastico, deve lavarsi accuratamente le mani, qualora abbia manipolato altri alimenti;
- il personale addetto alla distribuzione deve poter verificare la corretta erogazione della dieta speciale attraverso apposita modulistica di tracciabilità, nella quale siano evidenziate tutte le fasi del relativo processo;
- devono essere riservate posate dedicate ai soggetti con dieta speciale, curando che le stesse non vengano scambiate, onde evitare contaminazioni crociate.
- in caso di ingestione involontaria applicare il protocollo di intervento deciso dalla scuola.
- ai fini della tracciabilità dovrà essere disponibile la seguente documentazione:

- presso il centro cottura/cucina deve essere consultabile una documentazione completa e aggiornata contenente il nominativo di tutti i soggetti con dieta speciale, il menù personalizzato o il menù per patologia standardizzato (ad esempio per celiachia, intolleranza al lattosio, allergia alle proteine del latte o dell'uovo, ecc.);
- presso il refettorio, se non adiacente al centro cottura, deve essere consultabile una documentazione completa e aggiornata contenente il nominativo di tutti i soggetti con dieta speciale, il menù corrispondente a ciascuna dieta con l'indicazione degli alimenti da escludere.

Sorveglianza e vigilanza presso i refettori

- Va prevista un'apposita procedura per la corretta distribuzione e l'assistenza al pasto sulla quale tutto il personale va adeguatamente formato;
- il personale addetto alla somministrazione deve effettuare un controllo visivo per verificare la corrispondenza tra il nome dell'alunno e il nominativo apposto sui recipienti contenenti la dieta;
- in caso di dubbio va sospesa la somministrazione e va contattato immediatamente il responsabile della cucina / centro cottura (attuazione procedura d'emergenza).

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

5. DIETE BASE, DIETE SPECIALI E DIETE ETICO-RELIGIOSE

Nell'ambito della ristorazione scolastica, la maggior parte delle richieste di dieta speciale è legata ad allergie e intolleranze alimentari o a patologie croniche (diabete mellito, ecc.) per le quali la dieta rappresenta il fondamento terapeutico per il mantenimento di un buono stato di salute e per il controllo della malattia.
Per dieta speciale si intende una tabella dietetica elaborata in risposta a particolari esigenze cliniche (allergie, intolleranze alimentari, malattie metaboliche, ecc.), in grado di garantire un pasto sicuro e equilibrato dal punto di vista nutrizionale.
La preparazione di diete speciali comporta una particolare attenzione e organizzazione in ogni fase del servizio di ristorazione: dalla formulazione del menù, all'acquisto e allo stoccaggio delle materie prime, alla preparazione e somministrazione dei pasti.
Considerando l'importante ruolo educativo della mensa scolastica, è fondamentale che le diete speciali, così come i menù vitto comune, rispondano ai criteri per la promozione di una corretta alimentazione, quali la varietà, la stagionalità e il consumo di alimenti protettivi (cereali integrali, frutta, verdura, legumi, pesce, ecc.). La varietà della dieta, nel rispetto delle esigenze cliniche che possono comportare anche restrizioni alimentari plurime, è indispensabile per evitare carenze nutrizionali.

5.1 Modalità di richiesta di valutazione/formulazione del menù vitto comune al SIAN dell'ASL Competente per territorio

Come scrivere il menù

Di seguito sono riportate le modalità con cui i menù dovrebbero essere presentati ai SIAN delle rispettive ASL per la valutazione (si consiglia di utilizzare la griglia guidata per la rotazione dei piatti per la formulazione del menù primavera-estate e autunno inverno (par. 3.5) oppure:

- ciascun foglio, sia del menù che del ricettario, deve essere intestato con denominazione della scuola, sede della Struttura Scolastica, grado scolastico e giorni di frequenza in mensa. Per i nidi specificare la fascia di età;
- deve essere scritto in forma schematica, in modo da poter confrontare frequenze e abbinamenti;
- il pasto deve essere composto da un primo piatto + un secondo piatto + un contorno + pane + frutta. Le portate possono essere presentate singolarmente oppure abbinate tra loro in piatti unici;
- i termini utilizzati nel menù devono essere chiari, tali da far comprendere in linea di massima quali materie prime e che tipo di preparazioni sono state impiegate per ciascun piatto; eventuali denominazioni di fantasia (es. riso alla pastorella) possono essere utilizzate specificando gli ingredienti con una nota o nel ricettario, che deve essere disponibile in loco;
- per facilitare e ottimizzare i tempi della procedura di vidimazione è preferibile inviare i menù, il ricettario e la tabella delle grammature in formato editabile in modo da agevolare il lavoro di valutazione;
- nel caso in cui venissero utilizzati prodotti surgelati, questi ultimi devono essere segnalati;
- il menù deve essere impostato su almeno quattro settimane, rispettivamente per il periodo primavera-estate e autunno-inverno, diversificato in base alla specificità stagionale degli alimenti;
- oltre al pranzo devono essere allegate anche le proposte per lo spuntino di metà mattina e la merenda, qualora presenti, incentivando il consumo di frutta fresca, sia come proposta

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
servato negli archivi di Regione Piemonte

mattutina che pomeridiana;

- i menù *vidimati* sono documenti ufficiali e in quanto tali devono essere utilizzati per la diffusione all'utenza e l'affissione in aule, refettori, cucine, ecc... Per facilitare i controlli e a garanzia di una maggiore informazione, i menù non devono riportare modifiche a mano così da evitare possibili variazioni non concordate con il SIAN;

La richiesta di valutazione/formulazione *menù di base* per la ristorazione scolastica va inviata al SIAN di competenza territoriale con le modalità specifiche di ogni ASL. Tali prestazioni sono soggette a tariffario secondo indicazioni regionali.

5.2 Modalità di gestione delle diete speciali da parte del SIAN dell'ASL Competente per territorio

Le Diete Speciali, con sostituzione degli alimenti presenti nel menù vitto comune, sono possibili solo in risposta a particolari esigenze cliniche, su precisa e giustificata indicazione medica. A queste si affiancano le richieste di variazione del menù scolastico per motivi etico-religiosi. Il SIAN dell'ASL territorialmente competente non è tenuto alla valutazione delle diete speciali, tuttavia ha la facoltà, qualora le risorse lo consentano, di occuparsi anche di questa attività ed in questo caso definirà l'iter per la gestione delle diete speciali.
Per facilitare il lavoro di formulazione delle diete speciali (es. ente gestore, Comune, ecc.) possono essere utilizzate le seguenti indicazioni:

- i principi adottati per la formulazione delle diete speciali devono essere identici a quelli utilizzati per i menù vitto comune al fine di promuovere una corretta alimentazione (varietà, rispetto della stagionalità, somministrazione di alimenti protettivi quali frutta, verdura, legumi, pesce, ecc.);
- le preparazioni sostitutive per diete speciali devono essere il più possibile sovrapponibili a quelle del menù vitto comune e devono essere sostenibili per il servizio di ristorazione;
- va garantito l'importante ruolo socializzante ed educativo della condivisione del pasto (evitare che i bambini si sentano "diversi");
- per le cucine con gestione interna, senza personale sanitario dedicato (es. dietista, dietologo, ecc.) è disponibile l'allegato n. 7 che raccoglie le schede per la formulazione dei menù sostitutivi per le principali tipologie di richieste. Tale allegato non è esaustivo pertanto si rimanda a personale sanitario esperto.

La modifica del menù vitto comune può avvenire in seguito alla richiesta di dieta speciale, da parte dei genitori (o tutori) o dell'interessato, all'Ente Responsabile:

- ✓ Comune
- ✓ Scuola paritaria
- ✓ Asilo nido/micronido privato

Il SIAN dell'ASL territorialmente competente definirà l'iter per la gestione delle diete speciali.
Si distinguono due diverse tipologie di dieta speciale che seguono, per la loro applicazione, procedure diverse:

- diete speciali a carattere etico-religioso e quindi *non medico-sanitario* (es. senza carne di suino/con l'esclusione di tutti i tipi di carne, vegetariani, ecc.) che l'Ente Responsabile applicherà senza inviare comunicazione all'ASL competente per territorio (Allegato n. 7).
- diete speciali di tipo *sanitario*: con sostituzione di uno o più alimenti per particolari esigenze cliniche (Allegato n. 7). Le diete di tipo sanitario necessitano di una prescrizione medica

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi della Regione Piemonte

valida per l'anno scolastico in corso. Dovranno essere utilizzati i moduli della Regione Piemonte attestanti le patologie/allergie/intolleranze/dietoterapie*, firmati e timbrati dal medico/specialista* (Allegato n. 6) e l'informativa privacy.

Informazioni utili per accogliere la richiesta

- La certificazione medica dovrà essere compilata dal Pediatra di Libera Scelta o dal Medico di Medicina Generale o dallo Specialista inerente la patologia (Allergologo, Gastroenterologo, Endocrinologo, ecc.), sugli appositi moduli certificativi regionali (Allegato n. 6), dopo aver completato l'iter diagnostico. Il certificato deve essere completo di diagnosi e di indicazioni dietetiche appropriate;
- in attesa di completare l'iter diagnostico, il Pediatra di Libera Scelta o il Medico di Medicina Generale o lo Specialista ospedaliero potranno richiedere una dieta speciale temporanea (solo per alcuni mesi, indicati nella certificazione e non oltre i tre mesi) Non sarà dato seguito alle diete speciali provvisorie, se al completamento dell'iter diagnostico non verrà data conferma alla diagnosi sospetta (allergia, intolleranza, celiachia, ecc.);
- per la sospensione/revoca di una dieta speciale è necessario presentare una certificazione medica che richieda la sua interruzione.

Validità delle certificazioni mediche

- Le certificazioni mediche per patologia cronica (celiachia, diabete, favismo, ecc.) avranno validità per l'intero ciclo scolastico;
- le certificazioni mediche per allergia/intolleranza alimentare avranno validità di un anno, salvo diversa indicazione dell'Allergologo/PLS/MMG;
- le richieste temporanee per sospetta allergia/intolleranza alimentare hanno validità di 3 mesi.

5.3 Dieta leggera

In caso di malessere temporaneo (a seguito di gastroenteriti, ecc.), è possibile richiedere una dieta leggera, seguendo la procedura definita dal Comune/Scuola privata. Tale dieta può avere una durata massima di cinque giorni. Oltre tale periodo occorrerà presentare la certificazione medica. In caso di richiesta ricorrente di dieta leggera da parte di uno stesso utente, sarà necessario seguire l'iter previsto per l'erogazione di una dieta speciale per motivi di salute (compilazione apposita modulistica e presentazione di certificato medico che attesti i motivi di salute che comportano il prolungamento della dieta speciale).
Si ricorda che il menù scolastico rappresenta un'importante occasione di educazione alimentare e che la richiesta di dieta leggera non deve essere avvallata come modalità a cui ricorrere quando sono presenti piatti non graditi nel menù giornaliero.

5.4 Diete per motivi etico – religiosi e culturali

Modalità di attivazione

- Il genitore o tutore segnala al Comune/Scuola privata all'atto dell'iscrizione alla Ristorazione Scolastica, la volontà dell'alunno di seguire una dieta per motivi etico – religiosi e culturali;
- la richiesta deve essere formulata su apposita modulistica dell'Ente responsabile;
- non è necessario presentare una certificazione medica.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi della Regione Piemonte

Al fine di garantire il miglior equilibrio nutrizionale possibile agli alunni che seguono diete etico – religiose e culturali, è opportuno inserire nei capitolati d'appalto le variazioni che si intendono attuare nei menù senza carne suina, senza carne in generale.

5.5 Diete vegetariane e vegane

La dieta vegetariana esclude l'utilizzo di carne e pesce (inclusi molluschi e crostacei) ma consente l'impiego di alimenti di "derivazione animale" come le uova, il latte, i formaggi e il miele. La dieta vegana non comprende nessun alimento di origine animale. Pertanto l'alimentazione si basa principalmente sul consumano di cereali, legumi, verdura e frutta sia fresca che secca, olii vegetali, bevande vegetali, semi, cacao.

Il SIAN dell'ASL territorialmente competente non è tenuto alla valutazione delle diete vegane o vegetariane che, per essere richieste, dovranno seguire l'iter previsto dall'Ente gestore della mensa scolastica. Si ricorda però l'importanza di sensibilizzare i genitori a confrontarsi con il Pediatra o medico curante per la pianificazione della dieta a casa e a scuola al fine di non incorrere in carenze nutrizionali, infatti i fabbisogni di proteine per i bambini vegani possono essere leggermente superiori a quelli dei bambini non vegani, a causa delle differenze nella composizione amminoacidica. È stato suggerito un incremento del fabbisogno proteico per i vegani da 1 a 2 anni del 30% - 35%, da 2 a 6 anni del 20% - 30% e per i bambini di età superiore a 6 anni del 15% - 20% in più. Lo stesso Ministero della Salute segnala che le diete prive di carne e soprattutto di derivati animali, se non applicate correttamente, possono essere associate al rischio di carenze nutrizionali, in particolare di vitamina B^{12} e in minor modo di vitamina D, acidi grassi omega 3, calcio, zinco e altri oligoelementi. Queste diete necessitano pertanto di un'adeguata integrazione almeno di vitamina B^{12} (tramite l'utilizzo di integratori e/o alimenti fortificati) e comunque di un'attenta scelta degli alimenti per evitare carenze nutrizionali, soprattutto se applicate nella fase di crescita. Costituisce pertanto misura prudenziale sensibilizzare i genitori affinché i bambini siano seguiti individualmente dal pediatra per la pianificazione di un'alimentazione consona ai fabbisogni proteici individuali, l'integrazione della vitamina B^{12} e la valutazione degli eventuali rischi di carenza di ferro o zinco.

Il Ministero della Salute, in un successivo documento (circolare DGISAN 001846-P del 05/05/201) ha individuato come contrastanti con quanto stabilito dalle Linee di indirizzo nazionale per la ristorazione scolastica, iniziative che richiedono certificazioni mediche alle famiglie che scelgono l'alimentazione vegetariana o vegana o comunque un'assunzione di responsabilità supplementare o sconsigliano la scelta vegetariana e quella vegana o che prevedono il nulla osta da parte degli operatori scolastici previa richiesta sottoscritta da entrambi i genitori accompagnata dal consenso informato. Pertanto riteniamo importante sensibilizzare i genitori con iniziative volte a promuovere un'alimentazione equilibrata che tenga conto dei nutrienti a rischio di carenza attraverso la valutazione individuale del pediatra. Il pediatra ha un ruolo fondamentale nel consigliare il regime alimentare più appropriato alle varie età del bambino, ma deve anche essere ben disponibile e pronto ad aiutare i genitori vegani a pianificare la dieta del loro bambino. Inoltre, particolare attenzione deve essere posta per diagnosticare e trattare tempestivamente le eventuali carenze confrontandosi con i genitori.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

6. SOSTENIBILITA' AMBIENTALE, AVANZI E SPRECHI

Uno dei punti più critici della refezione scolastica è la grossa quantità di avanzi di cibo che giornalmente si raccolgono nei refettori. È esperienza comune di chiunque assista al momento del pasto in mensa vedere intere pietanze, praticamente intatte, passare direttamente dal piatto del bambino alla spazzatura. Oltre che a uno spreco inaccettabile dal punto di vista etico, l'eccessiva presenza di scarti di regola corrisponde alla mancata sazietà dei bambini (con conseguente perdita di concentrazione durante le lezioni pomeridiane e tendenza a fare spuntini troppo calorici), alla non copertura dei fabbisogni in nutrienti e all'insoddisfazione generale di utenti, insegnanti, operatori, genitori.

Il problema degli scarti (rilevati nei piatti dei bambini o direttamente nelle teglie o in entrambi) potrebbe però non essere legato solo ai ridotti consumi dei bambini, ma anche al fatto che spesso le quantità di cibo che arrivano in mensa sono sovrabbondanti. Di conseguenza: se un bambino riceve una porzione eccessiva di una pietanza, il fatto che ne avanzi non significa necessariamente che non ne abbia introdotto il quantitativo a lui necessario secondo i suoi effettivi fabbisogni. Andrebbe forse valutata in ogni singola realtà l'esistenza di scarti alimentari delle mense scolastiche quantificandola e distinguendola per tipologie di piatti. Sarebbe utile sperimentare preparazioni diversificate degli alimenti al fine di avvicinare i ragazzi anche ai cibi che più comunemente vengono scartati, e programmare progetti di educazione alimentare nelle scuole che si muovano in questo senso (es. laboratori di cucina, visite preso i centri cottura ecc.).

Sostanziali differenze nel diverso gradimento dei menù scolastici possono essere condizionate da questi fattori:

- fascia di età del bambino: nelle scuole materne solitamente c'è una quasi totale accettazione delle pietanze proposte, sicuramente dovuta al maggior tempo dedicato da insegnanti e operatori al momento del pasto e alle minori "resistenze" da parte dei bambini;
- tipo di gestione: il pasto prodotto in loco risulta di regola più gradito di quello trasportato, che subisce inevitabili trasformazioni di tipo organolettico dal momento della produzione a quello del consumo effettivo;
- modalità di presentazione degli alimenti stessi. Dato che i cibi risultano più o meno graditi a seconda di come vengono presentati, il briefing degli operatori nelle mense scolastiche aiuta a valorizzare il cibo attraverso la cura dell'impiattamento del cibo;
- coinvolgimento attivo delle classi in progetti di educazione alimentare non a spot, ma continuativi e inseriti nel programma didattico. Se da un lato è semplice e abbastanza immediato individuare gli alimenti "difficili", non lo è altrettanto trovare soluzioni praticabili per farli diventare più apprezzati e ridurre conseguentemente la presenza di avanzi.

Sicuramente l'impegno di tutti gli attori coinvolti (insegnanti, operatori, addetti alla ristorazione, famiglie, Comuni, ASL) nel farsi promotori di corretti comportamenti alimentari e stili di vita è il primo passo da compiere, ma è essenziale anche investire in termini economici affinché si creino le condizioni più favorevoli alla realizzazione di piatti sia equilibrati nutrizionalmente, sia graditi e consumati dalla maggior parte dei bambini. Una particolare attenzione deve essere rivolta alle qualità organolettiche dei cibi proposti affinché questi siano il più possibile accettati dai piccoli utenti.

Anche la differenziazione dello smaltimento dei rifiuti non alimentari (tipo eventuali imballaggi, contenitori, stoviglie, soprattutto se non compostabili) va effettuata con precisione. Attraverso progetti di educazione ambientale, si possono coinvolgere i ragazzi nel riciclo dei rifiuti organici e nella produzione di compost da utilizzare come fertilizzanti nei giardini e orti scolastici.

Chi gestisce le mense scolastiche potrebbe devolvere, anziché "smaltire", il cibo non consumato dai ragazzi: un gesto di solidarietà che si pone anche come possibile soluzione nella riduzione dei rifiuti della ristorazione.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

6.1 Normativa di riferimento

A livello legislativo, il tema dello spreco alimentare ha visto una serie di evoluzioni atte alla semplificazione burocratica delle procedure di raccolta, donazione di cibo ed eccedenze alimentari.

- Legge 23 giugno 2003, n. 155 detta del "Buon Samaritano" - Disciplina della Distribuzione dei prodotti alimentari a fini di solidarietà sociale.

Tale provvedimento prevede la possibilità di distribuire agli indigenti le grandi quantità di cibo inutilizzato di mense scolastiche e aziendali, ristoranti e supermercati attraverso organizzazioni di volontariato.

- Legge Gadda 166/2016 del 19 agosto 2016, in vigore dal 14 settembre 2016 che ha reso più organico il quadro normativo italiano tramite i seguenti punti:
  - ✓ Creazione di un quadro normativo all'interno del quale inserire le norme già esistenti in tema di agevolazioni fiscali (L. 460/97, L. 133/99), la responsabilità civile (L. 155/03) e procedure per la sicurezza igienico-sanitaria (L. 147/13).
  - ✓ Definizione chiara di operatore del settore alimentare, soggetti cedenti, eccedenze alimentari, spreco alimentare, donazione, termine minimo di conservazione e data di scadenza, ecc.
  - ✓ Possibilità per le autorità di donare gli alimenti oggetto di confisca alle organizzazioni non profit.
  - ✓ Agevolazioni amministrative per i donatori attraverso la semplificazione delle procedure di donazione rispetto alla distruzione.
  - ✓ Incentivazione del valore prioritario del recupero di alimenti per il consumo umano per evitare la distruzione; qualora non sia possibile l'utilizzo umano, si valorizza il recupero per uso zootecnico o energetico.
  - ✓ Riconoscimento del Tavolo Coordinamento del MIPAAF per la consultazione di tutti i soggetti coinvolti nella lotta allo spreco e alla povertà alimentare; aumento di 2 milioni di euro della dotazione 2016 del Fondo Nazionale per la distribuzione di derrate alimentari alle persone indigenti, per l'acquisto di alimenti da destinare agli indigenti.
  - ✓ Programmazione di campagne di comunicazione sui canali RAI per favorire le donazioni da parte delle aziende e sensibilizzare i consumatori sul tema dello spreco.
  - ✓ Incoraggiamento dei rapporti con il mondo agricolo per la raccolta in campo.
  - ✓ Introduzione della possibilità per i comuni di incentivare chi dona alle organizzazioni non profit per esempio con una riduzione della tassa dei rifiuti.
  - ✓ Recupero del pane, che è uno dei prodotti alimentari che si butta di più. Grazie alla legge Gadda il pane e i prodotti finiti della panificazione che non sono stati venduti o consumati entro le 24 ore dalla produzione e risultano eccedenti possono essere donati. L'indicazione delle 24 ore dalla produzione al posto del giorno della produzione ha permesso di superare molti ostacoli esistenti alla donazione del pane.
- Ministero della salute 16 aprile 2018 - Linee di indirizzo rivolte agli enti gestori di mense scolastiche, aziendali, ospedaliere, sociali e di comunità, al fine di prevenire e ridurre lo spreco connesso alla somministrazione degli alimenti.
- Nel 2020 con il D.M. 65 del 10 marzo sono stati adottati i nuovi CAM per la Ristorazione Collettiva, in quanto si riteneva opportuno procedere alla revisione del precedente D.M. 25 luglio 2011 in ragione dell'evoluzione della normativa nel frattempo intervenuta. Il nuovo D.M. persegue con maggior efficacia gli obiettivi di riduzione degli sprechi e della produzione di rifiuti, premiando altresì modelli produttivi e distributivi a basso impatto ambientale, assicurando nel contempo una sana alimentazione anche attraverso modalità più incisive sulla corretta esecuzione dei servizi e delle forniture.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

6.2 Esperienze nazionali e sperimentazioni

Con il termine "Spreco Alimentare" generalmente si fa riferimento a tutto il cibo acquistato e non consumato, destinato a diventare spazzatura.
In un mondo la cui la popolazione cresce in maniera esponenziale, il problema dello spreco alimentare a livello globale è un tema sempre più preoccupante, oltre che eticamente inaccettabile, se si considera che milioni di persone al mondo vivono sotto la soglia della povertà, morendo letteralmente di fame.

Esperienze virtuose contro lo spreco alimentare in Italia

Durante Expo 2015 il Comune di Milano si è fatto promotore del "Milan Urban Food Policy Pact", un patto sottoscritto da 167 città di tutto il mondo impegnate "a sviluppare sistemi alimentari sostenibili che siano inclusivi, resilienti, sicuri e diversificati, che forniscano cibo sano e conveniente tutte le persone in un quadro basato sui diritti umani, che minimizzi gli sprechi e conservi la biodiversità adattandosi e mitigando gli impatti dei cambiamenti climatici". Oggi coinvolge 225 città nel mondo, di cui una trentina in Italia.
Scopo principale è sostenere le città che desiderano sviluppare sistemi alimentari urbani più sostenibili promuovendo la cooperazione da città a città e lo scambio di buone pratiche (https://foodpolicymilano.org/)
Sempre in occasione di Expo 2015, dalle intuizioni dello chef Massimo Bottura e del regista Davide Rampello, che hanno coinvolto la Caritas ambrosiana per tradurre in concreto una nuova idea di solidarietà alla quale si sono unite le eccellenze dell'arte, della cucina, della cultura e della società, è nato Il Refettorio Ambrosiano, nel quale chef stellati si sono avvicendati per cucinare con creatività le eccedenze alimentari, realizzando ricette con ingredienti di recupero, dalle bucce di patate al pane raffermo.
Il Refettorio Ambrosiano continua a vivere, ogni giorno (anche quelli di festa), come mensa per i senzatetto, cucinando il surplus della fornitura dei supermercati. Lo spazio è ormai riconosciuto come centro culturale della città e continua a ospitare lezioni, eventi e incontri educativi. Con la pandemia del coronavirus 19, sempre Milano, una delle città più colpite, nel 2020 ha destinato alle organizzazioni Banco Alimentare Onlus, City Angels, Refettorio Ambrosiano tre tonnellate di cibo fresco che è così arrivato alle persone meno abbienti.
Tra le azioni innovative contro lo spreco alimentare in Italia citiamo:

- **Roma**: *#FoodSharing*, progetto integrato sugli sprechi alimentari e sulle nuove povertà
- **Milano**: *Riduzione della tassa sui rifiuti TARI per favorire il dono del cibo*
- **Torino**: *Progetto Organico Porta Palazzo: un mercato sempre più circolare,* progetto vincitore nel 2018 del Milan pact awards
- **Genova**: Ricibo, rete urbana per il recupero e la ridistribuzione delle eccedenze alimentari a fini di solidarietà sociale
- **Modena**: *Recupero degli avanzi con le Food Bag*, che affronta la problematica degli sprechi alimentari direttamente nella fase di consumo, avendo come target sia gli studenti nelle mense scolastiche che i clienti dei ristoranti
- **Cremona**: *Riduzione degli sprechi nelle mense scolastiche*
- **Chieri**: *Reciprocamensa*

Materiali e suggerimenti per avviare iniziative efficaci contro lo spreco nella scuola

L'educazione allo sviluppo sostenibile sta acquisendo sempre maggiore importanza all'interno dei programmi scolastici: educare i cittadini di domani all'attuazione di buone pratiche nel rispetto

dell'ambiente è diventata un'esigenza a cui non si può rinunciare.
Partendo da queste premesse è nato, con il supporto dell'Università dell'Insubria e della provincia di Varese, il progetto "Green School: rete lombarda per lo sviluppo sostenibile", che ha diffuso la conoscenza dei temi legati alla sostenibilità, favorendo atteggiamenti, azioni e forme di partecipazione attiva delle scuole, della popolazione e delle istituzioni, volti alla tutela dell'ambiente, alla lotta ai cambiamenti climatici e alla mitigazione dell'impatto antropico.
A tal fine sono state anche elaborate delle Linee Guida per realizzare azioni volte alla riduzione dello spreco alimentare nelle mense scolastiche *(https://www.green-school.it/tools/view/123).*
La lotta agli sprechi è un impegno fondamentale per la realizzazione degli Obiettivi dell'Agenda 2030 per lo Sviluppo Sostenibile: un programma d'azione per le persone, il pianeta e la prosperità, sottoscritto nel settembre 2015 dai governi di 193 Paesi membri dell'ONU, che si prefigge 17 Obiettivi per lo Sviluppo Sostenibile (Sustainable Development Goals, SDGs).
In questa cornice, il fenomeno dello spreco alimentare è rappresentato, nello specifico, dall'Obiettivo numero 12 "Consumo e produzione responsabili. Garantire modelli sostenibili di produzione e di consumo". Per esempio, il sotto-obiettivo 12.3 specifica chiaramente "Entro il 2030, dimezzare lo spreco alimentare globale pro-capite a livello di vendita al dettaglio e dei consumatori e ridurre le perdite di cibo durante le catene di produzione e di fornitura, comprese le perdite del post-raccolto". Tuttavia, ponendo fine a questo problema, si contribuirebbe non poco a raggiungere anche altri Obiettivi, come la fine della povertà e della fame,si potrebbe avere un miglioramento delle risorse idriche , si aprirebbe la strada per città più sostenibili, si ridurrebbero le disuguaglianze tra i Paesi, si potrebbero arginare i cambiamenti climatici), nonché migliorare la nostra salute e quella del nostro pianeta.

Materiale video

- https://www.izsvenezie.it/shelf-life-prodotto-alimentare-video/
- https://www.izsvenezie.it/come-riporre-alimenti-nel-frigorifero-video/
- https://www.youtube.com/watch?v=To4vOCa6XKM
- Spreco alimentare: cos'è e come ridurlo – Regione Lombardia: (https://www.youtube.com/watch?v=WQz-3DnHtQo)
- Il coraggio di osare: obiettivo spreco zero | Andrea Segrè | TEDxTrento

I suggerimenti e le proposte lavorative riportati sono solo alcuni esempi di quanto è possibile reperire sul tema dello spreco alimentare.

Applicazioni utili contro lo spreco

La tecnologia può dare un grande aiuto per evitare lo spreco di cibo, specie quando riesce a coniugare gli interessi dei rivenditori (che hanno sempre eccedenze alimentari da smaltire, quindi con un costo da sostenere) con quelli dei consumatori (che, a fine giornata, possono fare una spesa super scontata).
Numerose sono le App che permettono di ridurre lo spreco di cibo. Si dividono in due grandi categorie: quelle che servono a creare una relazione tra il cliente e il commerciante, e quelle che invece mettono in rete produttori, distributori e enti caritatevoli.
Ne citiamo alcune tra le più diffuse:

TOO GOOD TO GO

Letteralmente: troppo buono per essere buttato. È l'applicazione più diffusa al mondo (15 paesi europei e gli Stati Uniti), con 38 milioni di utenti. A fine giornata, l'esercente invece di gettare cibo

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente copia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è conservato negli archivi della Regione Piemonte

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
stituito da n. 5 pagine Regione Piemonte
conservato agli archivi della Regione Piemonte

invenduto in scadenza, o che comunque non può conservare, lo vende sottocosto. In Italia Too Good To Go è ormai una realtà molto consolidata, diffusa in una cinquantina di città.

BRING THE FOOD

Applicazione web ad uso degli enti caritatevoli per la gestione delle donazioni alimentari, sviluppata dai ricercatori della Fondazione Bruno Kessler di Trento in collaborazione con Fondazione Banco Alimentare con l'obiettivo di recuperare le eccedenze alimentari della piccola e grande distribuzione, delle mense e del settore della ristorazione per metterle a disposizione di Onlus ed enti caritatevoli che, a sua volta, si occupano di donarlo a chi ne ha più bisogno.

LAST MINUTE SOTTO CASA

Consente ai negozi di vicinato con prodotti alimentari in eccedenza o che si avvicinano alla scadenza, di informare con immediatezza e semplicità, inviando le offerte direttamente sul cellulare degli iscritti all'app che abitano nelle vicinanze; quando il cliente è interessato a un acquisto, blocca l'offerta e si reca al negozio per acquistarla.

MYFOODY

Permette di trovare le offerte dei supermercati più vicini, facendo risparmiare fino al 50% sulla spesa e contribuendo a ridurre lo spreco alimentare, con benefici evidenti per l'ambiente. Quali sono i cibi proposti? Quelli prossimi alla scadenza ma ancora ottimi, i prodotti con difetti di confezionamento e gli alimenti stagionali che rischiano di essere sprecati.

UBO

Acronimo di UNA BUONA OCCASIONE, progetto ideato dal Settore Tutela dei cittadini e dei consumatori della Regione Piemonte e dalla Struttura Commercio della Regione Valle d'Aosta e finanziato dal Ministero dello sviluppo economico. Nell'App, si possono trovare consigli sulla conservazione di ben 500 alimenti nonché informazioni sulla relativa impronta idrica, sugli apporti nutrizionali, sul riutilizzo degli avanzi e degli scarti, notizie sulla stagionalità di frutta e verdura e suggerimenti su come fare la lista della spesa.

In occasione della IX Giornata nazionale di prevenzione dello spreco alimentare (5 febbraio 2022) sono stati diffusi i dati del Rapporto "Il caso Italia" 2022 di Waste Watcher International, su monitoraggio Ipsos, che mostra dei dati in controtendenza rispetto all'ultimo biennio. Infatti, torna a crescere lo spreco di cibo tra gli italiani, interrompendo un trend positivo che si era affermato soprattutto durante la fase più acuta della pandemia; il ritorno alla vita sociale, nella convivenza con il virus, ci ha resi meno attenti nella gestione e fruizione del cibo.

Durante l'ultimo anno, in Italia, si contano 7 miliardi di euro buttati nei rifiuti, una cifra che corrisponde allo sperpero annuo di 1.866.000 tonnellate di cibo (un aumento di circa il 15% in più rispetto all'anno precedente).

L'esperienza dell'ASL BI

L'ASL di Biella da anni è sensibile al tema dello Spreco Alimentare e si è impegnata in particolare su due progetti: *"Biella solidale"* e *"#Alimentazioneconsapevole"*. Ha inoltre favorito, insieme al centro territoriale volontariato, la nascita del tavolo antispreco "Alleati contro lo spreco", cui partecipano Comuni, Associazioni di volontariato, Onlus ed Enti locali al fine di sensibilizzare la popolazione sul tema e di portare un concreto aiuto in situazioni di fragilità.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

Biella solidale

Nel 2014 l'ASL BI e l'Associazione di volontariato "La Rete", che gestisce il refettorio della mensa del "Pane quotidiano", ai sensi della legge 155/2003 detta del "Buon Samaritano", hanno stipulato il protocollo d'intesa per la realizzazione del progetto "Biella solidale", servizio di raccolta di pasti e alimenti ancora salubri ed edibili non consumati nella mensa aziendale dell'Ospedale degli Infermi.
Il progetto risponde ad obiettivi sociali e ambientali quali:

- promuovere azioni di lotta alla povertà, in un contesto in cui, anche per la crisi economica, si manifestano fenomeni di povertà legati a particolari eventi nella vita delle persone e all'aumento di fasce di marginalità estrema;
- ridurre la quantità di rifiuti prodotti, con evidenti e immediati riscontri positivi, sia sul versante del diminuito impatto ambientale che su quello della riduzione degli oneri di smaltimento;
- sostenere e valorizzare le associazioni che a vario titolo operano in ambito speciale, riconoscendo la loro imprescindibile funzione di integrazione degli interventi pubblici, in coerenza con la valorizzazione del ruolo strategico del terzo settore nella valutazione dei bisogni del territorio e nella progettazione sociale;
- promuovere e affermare una cultura di piena valorizzazione delle risorse, di lotta al consumismo e allo spreco.

Attualmente vengono recuperati 25/30 pasti al giorno, non sempre completi, a favore della Mensa del Pane Quotidiano.

#Alimentazioneconsapevole

Nel 2010 è nata un'alleanza tra l'ASL BI e 3 Istituti Scolastici del territorio: I.I.S. Gae Aulenti indirizzi alberghiero e agrario, I.I.S. "Q. Sella" indirizzo chimica materiali e biotecnologie e il Liceo delle Scienze Applicate.
Scopo del progetto è la sensibilizzazione di studenti, docenti, personale scolastico e delle ditte di ristorazione sulla riduzione degli sprechi nei refettori delle mense scolastiche individuate in base alle criticità riscontrate durante le sorveglianze nutrizionali.
Ogni anno vengono monitorate 3 scuole primarie, per 6 mesi con un controllo mensile.
Il progetto prevede varie fasi:

- incontri in classe con docenti e studenti da parte degli operatori SIAN (dietista e medico) per la formazione e l'individuazione dei "peer educator";
- corsi di formazione teorico-pratici rivolti al personale delle ditte di ristorazione sulla giusta porzione e sul corretto utilizzo del sale iodato (dietista, medico SIAN e cuochi dell'Istituto Alberghiero);
- monitoraggio degli scarti al momento del pasto in mensa, effettuato dalla dietista con la collaborazione dei "peer educator" e dei docenti utilizzando un modulo appositamente predisposto;
- interventi di peer education durante l'anno scolastico in tutte le classi coinvolte da parte degli studenti formati su varie tematiche: piatto sano, corretta lettura delle etichette per scelte consapevoli e importanza dell'attività fisica per un corretto stile di vita;
- creazione di "Orti a Scuola" come percorso educativo per riscoprire il legame "natura-salute" e per facilitare il consumo di frutta e verdura a scuola e a casa, coinvolgendo anche le famiglie;
- organizzazione di eventi finali; in tali occasioni vengono presentati i risultati sul monitoraggio degli scarti, gli effetti rilevati negli alunni sull'adozione di virtuosi comportamenti anti-spreco. La serata si conclude con "Il buffet del riciclo: da spreco a risorsa" preparazioni

realizzate con gli avanzi esempio la Torta di pane "S.P.R.E.C.O." acronimo di Sono Pane Recuperato Eccomi Come Opportunità.

Il progetto permette, oltre a confortanti riduzioni sugli avanzi nella mensa scolastica, di creare una importante e fattiva collaborazione con le Scuole e le Ditte di Ristorazione favorendo la tempestiva risoluzione di eventuali criticità relative ai menù o a diete speciali.

L'esperienza dell'ASL CN2

Il progetto *"Attenti allo spreco! per la prevenzione degli sprechi alimentari e la promozione di stili di vita sostenibili",* patrocinato dalla Regione Piemonte e realizzato dall'ASL CN2 in collaborazione con Dors-Asl TO3 e con vari partner (UNISG Pollenzo, Slow Food – condotte di Alba-Langhe-Roero e Bra, Consorzio Socio-Assistenziale Alba e Servizi Sociali Gestione Associata Bra, Club Rotary – sezioni Alba, Bra e Canale-Roero, Emporio Solidarietà Alba, Società Italiana Medicina Veterinaria Preventiva), utilizza la metodologia del *marketing sociale,* che ha come obiettivo principale quello di ottenere benefici sociali attraverso interventi di comunicazione ed educazione che sostengano le scelte e i cambiamenti di comportamento da parte delle persone, prevedendo una serie di interventi in *setting* chiave del territorio: luoghi di lavoro, scuola, comunità, famiglia, spazi di aggregazione.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi della Regione Piemonte

BIBLIOGRAFIA

"Linee guida per una sana alimentazione - Dossier scientifico" - Centro di Ricerca Alimenti e Nutrizione (CREA) 2018

Craig WJ and Mangels AR. Position of the American Dietetic Association: vegetarian diets. Journal of the American Dietetic Association 109 (7): 1266, 2009

Gomes S.G., Del Bel Cury A.A., Garcia R.C.M.R., Effect of hyposalivation on mastication and mandibular movements during speech, Braz Oral Res, 2011; 4:351-6.

https://www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_2748_allegato.pdf

https://flitriveneto.fli.it/files/2017/03/Libretto_Completo_Triveneto.compressed.pdf

https://www.sipps.it/wp/wp-content/uploads/2021/01/SippsInforma-Dicembre-2020.pdf

https://www.issalute.it/index.php/stili-di-vita-e-ambiente-menù/alimentazione/dieta-vegetariana

Istituto superiore di Sanità (ISS) La dieta vegana. Pubblicato: 28 Febbraio 2018- Ultimo aggiornamento: 28 Febbraio 2020. Estratto il 13 ottobre 2021, da www.issalute.it/index.php/saluteaz-saz/d/438-dieta-vegana#link-approfondimento

Linee di indirizzo nazionale per la ristorazione ospedaliera, assistenziale e scolastica – Ministero della salute - 2021

Linee di indirizzo ristorazione scolastica - Regione Umbria - 2014

Linee guida per capitolato d'appalto nella ristorazione scolastica. Caratteristiche merceologiche delle derrate alimentari – ATS Val Padana Regione Lombardia

Linee guida per la ristorazione collettiva scolastica – Regione Piemonte – 2002 e 2007

Medeiros Vieira V.C.A., Tavares de Araùjo C.M., Jamelli S.R., Speech development and infant feeding: possibile implications, Revista CEFAC, 2016; 18(6): 1359-1368

Ministero della salute. Nota n. 0011703 del 25 marzo 2016 "Linee di indirizzo nazionale per la ristorazione scolastica" – INTEGRAZIONE. 2016

Nutrire il pianeta, nutrirlo in salute. Equilibri nutrizionali di una sana alimentazione. Quaderni del Ministero della Salute, n. 25 ottobre 2015

Primione M., Loret C., Le Révérend B., Richburg B., Del Valle M., Adler M., Moser M., Green R.J., Differing structural properties of foods affect the development of mandibular control and muscle coordination in infants and young children, Physiology & Behavior, 2018; 186:62- 72

University Hospital Southampton NHS Foundation Trust. A guide to eating well as a vegan – patient information. Version 1. Published September 2020.

ALLEGATO N. 1 - Indicazioni per la stesura del capitolato

https://www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_1248_allegato.pdf (2018)

https://www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_2748_allegato.pdf (2021)

https://www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_3141_allegato.pdf (2021)

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

ALLEGATO N. 2 - Modulo richiesta valutazione/elaborazione menù per la ristorazione scolastica

Logo ASL	SIAN M …….. RICHIESTA PARERE Menù' ASILI NIDO E SCUOLE	Data di emissione: …….. rev. N. …….. Approvato ed emesso in originale

Il/la sottoscritto/a _____
in qualità di:

□ responsabile del servizio di ristorazione scolastica

□ altra qualifica, specificare……

□ direttore della scuola/asilo denominata/o (per le scuole private)

Recapito a cui fare riferimento per ogni comunicazione:

Indirizzo …… Comune…….. CAP……

Telefono …… pec……

COMUNICA

I seguenti dati ad integrazione della richiesta prodotta su propria carta intesta

La/le strutture per cui si richiede la verifica nutrizionale del menù è /sono situata/e presso il Comune di:

……

La richiesta è relativa a:

□ **VERIFICA NUTRIZIONALE SU**: □ nuovo menù che si intende adottare □ variazioni al menù in uso **per l'anno scolastico** …….. **NUMERO DI SETTIMANE TOTALI** □ 4 □ 8 □ 12 □ 24 □ altro	□ **CRITERI DI ELABORAZIONE DI UN NUOVO MENÙ**

LA STRUTTURA E': □ pubblica □ parificata □ privata	**FASCIA/E D'ETA'** □ asili nido lattanti □ asili nido divezzi □ scuola dell'infanzia □ scuola primaria □ scuola secondaria di primo grado	**TIPO DI GESTIONE:** □ diretta dal Comune □ enti privati □ associazione ONLUS □ appaltata (indicare il nominativo della ditta _____ _____ e la scadenza dell'appalto _____ _____)

La presente richiesta, è formulata dal sottoscritto, ammonito delle sanzioni penali previste dall'art. 75

del DPR n. 445/2000, nel caso di mendaci dichiarazioni, falsità negli atti o uso o esibizione di atti falsi o contenenti dati non più rispondenti a verità sotto la sua personale responsabilità.

Data _____

Firma _____

Informativa breve sul trattamento dei dati personali: nel compilare questo modello si autorizza il trattamento dei dati personali ai sensi del D.Lgs. n. 196/2003 e del Regolamento UE 679/2016 per gli adempimenti correlati alla procedura in oggetto. I dati, il cui conferimento è obbligatorio, verranno trattati esclusivamente nell'ambito del procedimento per il quale la presente dichiarazione viene resa. Sono fatti salvi, in ogni caso, i diritti di cui agli articoli dal 15 al 22 del Regolamento UE n. 2016/679. I dati personali saranno archiviati e verranno trattati utilizzando modalità manuali, informatiche e telematiche, nel rispetto e nei limiti stabiliti dal Regolamento UE 2016/679. L'informativa completa relativa al trattamento dei dati è conservata presso la sede dell'Azienda ASLTO3 ed è consultabile dal sito web dell'ente all'indirizzo: www.aslto3.piemonte.it nella sezione Privacy.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

ALLEGATO N. 3 - Calendario stagionalità ortofrutta

GENNAIO

Frutta

Arance, Clementine, Kiwi, Limoni, Mandarini, Mele, Pere, Pompelmi

Verdura

Bietole da coste, Carciofi, Carote, Broccoli, Cavolfiori, Cavoli, Cicoria, Finocchi, Radicchio, Rape, Spinaci, Zucche

FEBBRAIO

Frutta

Arance, Clementine, Kiwi, Limoni, Mandarini, Mele, Pere, Pompelmi

Verdura

Bietole da coste, Carciofi, Carote, Broccoli, Cavolfiori, Cavoli, Cicoria, Finocchi, Radicchio, Rape, Spinaci, Zucche

MARZO

Frutta

Arance, Kiwi, Limoni, Mele, Pere, Pompelmi

Verdura

Asparagi, Bietole da coste, Carciofi, Carote, Broccoli, Cavolfiori, Cavoli, Cicoria, Cipolline, Finocchi, Insalate, Radicchio, Rape, Sedano, Spinaci

APRILE

Frutta

Arance, Fragole, Kiwi, Limoni, Mele, Nespole, Pere, Pompelmi

Verdura

Aglio, Asparagi, Bietole da coste, Carciofi, Carote, Cavolfiori, Cavoli, Cicoria, Cipolline, Finocchi, Insalate, Radicchio, Ravanelli, Sedano, Spinaci

MAGGIO

Frutta

Ciliegie, Fragole, Kiwi, Lamponi, Mele, Meloni, Nespole, Pere, Pompelmi

Verdura

Aglio, Asparagi, Bietole da coste, Carote, Cavoli, Cicoria, Cipolline, Fagiolini, Fave, Finocchi, Insalate, Pomodori, Radicchio, Ravanelli, Sedano, Spinaci

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

GIUGNO

Frutta

Albicocche, Amarene, Ciliegie, Fichi, Fragole, Lamponi, Meloni, Pesce, Susine

Verdura

Aglio, Asparagi, Bietole da coste, Carote, Cavoli, Cetrioli, Cicoria, Fagiolini, Fave, Insalate, Melanzane, Peperoni, Pomodori, Radicchio, Ravanelli, Sedano, Zucchine

LUGLIO

Frutta

Albicocche, Amarene, Anguria, Ciliegie, Fichi, Fragole, Lamponi, Meloni, Mirtilli, Pesce, Prugne, Susine

Verdura

Aglio, Bietole da coste, Carote, Cavoli, Cetrioli, Cicoria, Fagiolini, Fave, Insalate, Melanzane, Peperoni, Pomodori, Radicchio, Ravanelli, Sedano, Zucchine

AGOSTO

Frutta

Anguria, Fichi, Fragole, Lamponi, Mele, Meloni, Mirtilli, Pere, Pesce, Prugne, Susine, Uva

Verdura

Aglio, Bietole da coste, Carote, Cavoli, Cetrioli, Cicoria, Fagiolini, Insalate, Melanzane, Peperoni, Pomodori, Radicchio, Ravanelli, Sedano, Zucche, Zucchine

SETTEMBRE

Frutta

Fichi, Lamponi, Mele, Meloni, Mirtilli, Pere, Pesce, Prugne, Susine, Uva

Verdura

Aglio, Bietole da coste, Carote, Broccoli, Cavoli, Cetrioli, Cicoria, Fagiolini, Insalate, Melanzane, Peperoni, Pomodori, Radicchio, Ravanelli, Sedano, Spinaci, Zucche, Zucchine

OTTOBRE

Frutta

Castagne, Clementine, Kaki, Lamponi, Limoni, Mele, Pere, Uva

Verdura

Aglio, Bietole da coste, Carote, Broccoli, Cavolfiore, Cavoli, Cicoria, Finocchi, Insalate, Melanzane, Peperoni, Radicchio, Rape, Ravanelli, Sedano, Spinaci, Zucche

NOVEMBRE

Frutta

Arance, Castagne, Clementine, Kaki, Kiwi, Limoni, Mandarini, Mele, Pere, Pompelmi, Uva

Verdura

Aglio, Bietole da coste, Carote, Broccoli, Cavolfiore, Cavoli, Cicoria, Finocchi, Insalate, Radicchio, Rape, Sedano, Spinaci, Zucche

DICEMBRE

Frutta

Arance, Castagne, Clementine, Kaki, Kiwi, Limoni, Mandarini, Mele, Pere, Pompelmi, Uva

Verdura

Bietole da coste, Carote, Broccoli, Cavolfiore, Cavoli, Cicoria, Finocchi, Insalate, Radicchio, Rape, Spinaci, Zucche

Fonte: “Sai quel che mangi, qualità e benessere a tavola” campagna promossa dal Ministero delle Politiche Agricole Alimentari e Forestali con il proposito di fornire ai consumatori una corretta informazione sugli alimenti messi in commercio e di valorizzare i prodotti di qualità delle nostre Regioni, promuovendo un consumo sano e naturale.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

ALLEGATO N. 4 - PROCEDURE CODIFICATE PER LA STANDARDIZZAZIONE DELLE PORZIONI

Dalle grammature a crudo alle porzioni a cotto durante la distribuzione

Per garantire il soddisfacimento dei fabbisogni nutrizionali dei soggetti in età evolutiva che consumano il pasto a scuola, non è solo necessario che i centri cottura, le cucine o i punti di somministrazione rispettino le grammature a crudo (presenti nelle tabelle dietetiche), ma è fondamentale che gli operatori che si occupano della distribuzione dei pasti siano formati sull'utilizzo di strategie che permettano un adeguato porzionamento degli alimenti in mensa, differenziato per fasce d'età.
Pertanto gli addetti alla distribuzione dovrebbero essere formati ad utilizzare una procedura codificata che favorisca la standardizzazione delle porzioni. Di seguito si offrono alcuni spunti:

Piatto campione

Coloro che si occupano della distribuzione del pasto, prima dello sporzionamento, allestiscono un piatto campione, preparato con l'ausilio di una bilancia pesa alimenti sulla base delle tabelle di conversione crudo-cotto. Tali tabelle, differenziate per tipologia di alimento e per fascia d'età, devono essere visionabili presso il centro cottura e/o il punto di refezione.
Il piatto campione così preparato verrà utilizzato come modello dagli addetti alla somministrazione per porzionare.

Foto del piatto campione

Fotografare i piatti campione (atlante fotografico) e creare un documento da consegnare agli addetti alla somministrazione, come modello di corretta porzione.

Utensili tarati

Prevede l'utilizzo di utensili con dimensioni diverse a seconda della fascia di età, per i quali è stata verificata la corrispondenza tra grammatura a crudo e volume a cotto, in modo tale che permetta all'addetto alla somministrazione, "con una sola presa", di servire la corretta porzione (es. schiumarola dal diametro di 10 cm per scuole dell'infanzia; schiumarola dal diametro di 11 cm per scuole primarie; schiumarola dal diametro di 12,5 cm per scuole secondarie).
Per i secondi piatti è possibile utilizzare la tabella di conversione crudo-cotto oppure fornire indicazioni sul numero di pezzi da servire, a seconda della fascia d'età.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

ALLEGATO N. 5 - Conversioni crudo - cotto

Variazioni in peso degli alimenti con alcune cotture

Peso cotto (g) di **100g** di alimento crudo (p. edibile)

BOLLITURA	ALIMENTO	PESO COTTO (g)
Cereali e derivati	Farro perlato	228
	Gnocchi di patata	106
	Orzo perlato	267
	Pasta all'uovo fresca	136
	Pasta all'uovo secca	299
	Pasta di semola corta	188
	Pasta di semola lunga	210
	Riso basmati	300
	Riso brillato	260
	Riso parboiled	236
	Riso venere	210
	Ravioli freschi	140
	Quinoa	312
	Tortellini freschi	192
Legumi: freschi	Fave	80
	Piselli	87
Legumi: secchi	Ceci	290
	Fagioli	230
	Lenticchie	247

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

Vegetali	Agretti	86
	Asparagi	96
	Bieta	86
	Broccoletti a testa	96
	Broccoletti di rapa	95
	Carciofi	74
	Cardi	60
	Carote	87
	Cavolfiore	93
	Cavoli di Bruxelles	90
	Cavolo broccolo verde ramoso	57
	Cavolo cappuccio verde	99
	Cavolo verza	100
	Cicoria di campo	100
	Cicoria da taglio coltivata	80
	Cipolle	73
	Cipolline	78
	Finocchi	86
	Patate con buccia	100
	Patate pelate	87
	Patate pelate, spicchi cotti al vapore	97
	Porri	98
	Rape	93
	Spinaci	84
	Topinambur	100
	Zucchine	90
	Zucchine romanesche, cotte al vapore	92
	Zucchine scure, cotte al vapore	93
	Fagiolini	95
Carni	Vitellone, carne magra	66
	Pollo, petto	90
	Pollo, petto e coscio	76
	Tacchino, fesa	94
	Tacchino, coscio	70
Pesci	Merluzzo	86
	Orata	86
	Sogliola	83
	Spigola	86
	Tonno	80

Pesci surgelati	Cernia Dentice Merluzzo Spigola	86 85 83 86
IN PADELLA CON OLIO		
Vegetali	Carote, fettine Cipolle bianche, cubetti Cipolle gialle, cubetti Cipolle rosse, cubetti Melanzane, cubetti Patate, a spicchi Peperoni Sedano, cubetti Zucchine, fettine	38 44 43 48 80 64 60 32 76
Carni	Vitellone / maiale, fettina Vitellone, fettina panata Pollo, petto Tacchino, fesa	74 84 83 85
Pesci e molluschi	Tonno	78
Vari	Funghi prataioli Funghi coltivati pleurotes Frittata semplice Frittata con verdure (zucchine, carciofi, biete, cipolle) Uovo al tegamino	53 85 87 75 90
ARROSTIMENTO		
Carni	Vitellone, carne magra, al forno Vitellone, fettina, alla griglia Hamburger, in padella Lombata di vitellone, alla griglia Lombata di vitello, alla griglia Vitello, in padella Maiale, fettina, alla griglia Pollo, petto, alla griglia Pollo, petto, al forno Tacchino, fesa, alla griglia Tacchino, fesa, al forno	54 73 90 88 89 92 75 89 67 89 69

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

Pesci	Cernia, al forno	79
	Dentice, al forno	71
	Merluzzo, alla griglia	68
	Sogliola, al forno	70
	Spigola, al forno	75
	Tonno (trance), al forno	74
	Trota, al forno	73
Pesci surgelati	Cernia, al forno	80
	Dentice, al forno	75
	Merluzzo, al forno	70
	Sogliola, al forno	69
	Spigola, al forno	76
Vegetali	Melanzane, fette alla griglia	40
	Melanzane, fette cotte in padella	63
	Peperoni, alla griglia	93
	Peperoni, al forno	96
	Zucchine romanesche, fette cotte in padella	44
	Zucchine scure, fette cotte in padella	55
MICROONDE		
Vari	Melanzane, a tocchetti	93
	Patate, a spicchi	87
	Zucchine romanesche	79
	Zucchine scure	84
	Vitellone, carne magra	56
	Pollo, petto	76
	Tacchino, fesa	72

(Tabella tratta da Crea: https://www.alimentinutrizione.it/presentazione-dati)

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

ALLEGATO N. 6 – CERTIFICATI PER DIETE SPECIALI

Moduli certificativi regionali

- ✓ **Richiesta di dieta speciale per allergia alimentare *accertata***

La certificazione dovrà essere compilata da un Medico di Allergologia oppure in alternativa dal Pediatra del SSN o dal Medico di Medicina Generale del SSN solo sulla base di documentazione dell'iter diagnostico effettuato.

- ✓ **Richiesta *temporanea* di dieta speciale per *sospetta* allergia alimentare**

La certificazione dovrà essere compilata dal Pediatra del SSN o dal Medico di Medicina Generale del SSN. La dieta avrà validità per tre mesi.

- ✓ **Richiesta di dieta speciale per intolleranza alimentare**

La certificazione dovrà essere compilata dal Pediatra del SSN o dal Medico di Medicina Generale del SSN.

- ✓ **Richiesta di dieta speciale per altre patologie che necessitano di dietoterapia**

La certificazione dovrà essere compilata dal Pediatra del SSN o dal Medico di Medicina Generale del SSN sulla base di documentazione redatta da uno Specialista Ospedaliero.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

REGIONE PIEMONTE

Comune di ……

Richiesta temporanea di dieta speciale per sospetta allergia alimentare

(la certificazione deve essere compilata dal Pediatra del SSN o dal Medico di Medicina Generale del SSN o da un Medico specialista di Allergologia)

CERTIFICAZIONE

Si certifica che……

Nato a: …… il ……

Residente a:…… via: ……

Codice Fiscale o tessera sanitaria:…… Tel:……

Scuola:……

Ha presentato il seguente quadro clinico ……

……

e **si intende intraprendere** un iter diagnostico volto a indagare l'eventuale presenza di ALLERGIA ALIMENTARE e per il quale è già in corso, o è stato concluso, l'iter diagnostico volto ad escludere altre patologie in diagnosi differenziale.

L'allergia alimentare è stata **sospettata** in base a

- □ visita medica del curante
- □ visita medica di uno specialista non allergologo
- □ visita medica in occasione di accesso al Pronto Soccorso

Il/la bambino/a, in attesa della definizione diagnostica, dovrà temporaneamente (per mesi 3) seguire una dieta priva del/i seguente/i alimento/i in attesa degli esiti degli accertamenti in corso/proposti.

- □ **proteine del latte vaccino (latte bovino e derivati; alimenti contenenti proteine del latte);**
  il bambino manifesta sintomi anche in seguito ad ingestione di carne bovina? □ SI □ NO
- □ **proteine dell'uovo (uovo e tutti gli alimenti contenenti proteine dell'uovo);**
  il bambino manifesta sintomi anche in seguito ad ingestione di carne di pollo? □ SI □ NO
- □ **proteine del frumento** e di tutti i **cereali** che possano contenere proteine analoghe da punto di vista allergenico (orzo, farro, segale, kamut, avena)
- □ **proteine del/i pesce/i** (indicare il/i pesce/i sospettati come allergenici)……
  indicare quale/i pesce/i sono invece ingeriti e tollerati: ……
- □ **proteine della soia**
- □ **frutta secca con guscio** (indicare quale/i frutta secca ha determinato sintomi) ……
  indicare quale/i tipo/i di frutta secca sono invece assunti e tollerati: ……
- □ **kiwi altra frutta fresca** ……
- □ **altri allergeni alimentari** ……

……, il ……

Timbro del Medico con codice regionale, qualifica e titoli specialistici, indirizzo e numero di telefono

Firma del Medico ……

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

REGIONE PIEMONTE

Comune di ……

Richiesta di dieta speciale per allergia alimentare accertata

La certificazione dovrà essere compilata dal Pediatra del SSN o dal Medico di Medicina Generale del SSN o da un Medico specialista di Allergologia solo sulla base di documentazione clinica. La diagnosi specialistica deve essere allegata in copia o disponibile a richiesta (riportare gli estremi).

CERTIFICAZIONE

Si certifica che……

Nato a: …… il ……

Residente a:…… via: ……

Codice Fiscale o tessera sanitaria:……Tel:……

Scuola:……

è **affetto/a** // presenta il seguente quadro clinico ……

……

per il/la quale è stato intrapreso e concluso l'iter (presso un centro accreditato e riconosciuto dal SSN) che ha condotto alla diagnosi di allergia alimentare. In base alle procedure diagnostiche eseguite, il/la bambino/a è risultato essere ALLERGICO/A al/i seguente/i alimento/i, che dovrà/ dovranno pertanto essere escluso/i dalla dieta (N.B. per le allergie alimentari accertate la dieta decadrà al termine dell'anno scolastico in corso):

- □ **proteine del latte vaccino (latte bovino e derivati; alimenti contenenti proteine del latte);** il bambino manifesta sintomi anche in seguito ad ingestione di carne bovina? □ SI □ NO
- □ **proteine dell'uovo (uovo e tutti gli alimenti contenenti proteine dell'uovo)**; il bambino manifesta sintomi anche in seguito ad ingestione di carne di pollo? □ SI □ NO
- □ **proteine del frumento** e di tutti i **cereali** che possano contenere proteine analoghe dal punto di vista allergenico (orzo, farro, segale, kamut, avena)
- □ **proteine del/i pesce/i** (indicare il/i pesce/i sospettati come allergenici)…… indicare quale/i pesce/i sono invece ingeriti e tollerati: ……
- □ **proteine della soia** (o altre leguminose comprese arachide) ……
- □ **frutta secca con guscio** (indicare quale/i frutta secca è allergenica)…… indicare quale/i tipo/i di frutta secca sono assunti e tollerati……
- □ **kiwi (altra frutta fresca)**……
- □ **altri allergeni alimentari** ……

……, il……

Timbro del Medico con codice regionale, qualifica e titoli specialistici, indirizzo e numero di telefono

Firma del Medico ……

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi della Regione Piemonte

REGIONE PIEMONTE

Comune di ……..

Richiesta di dieta speciale per intolleranza alimentare

(la certificazione deve essere compilata dal medico pediatra del SSN o dal medico di medicina generale del SSN o da un Medico specialista di Allergologia)

CERTIFICAZIONE

Si certifica che (cognome e nome)……

Nato a: ……

Residente a: …….. via: ……

Codice Fiscale o tessera sanitaria:……Tel:……

Scuola:……

è **affetto/a** da:

- □ **Malattia celiaca** ……
- □ **Intolleranza al lattosio primitiva** ……
- □ **Intolleranza al lattosio secondaria** ……
- □ **Favismo** ……
- □ **Altra intolleranza ai carboidrati** ……
- □ **Altri errori congeniti del metabolismo** ……

Intolleranza ad alimenti ricchi di amine vasoattive e/o di sostanze istamino-liberatrici.

(specificare quali alimenti appartenenti a tali categorie non sono clinicamente tollerati: ……

……

Intolleranza ad additivi alimentari e metalli *(conservanti, antiossidanti, emulsionanti, aromi, coloranti, salicilati). Specificare per quale/i, tra additivi alimentari e metalli, è stata dimostrata l'intolleranza:* ……

Il/la bambino/a deve pertanto seguire una dieta appropriata alla diagnosi.

……., il……

Timbro del Medico con codice regionale, qualifica e titoli specialistici, indirizzo e numero di telefono

Firma del Medico ……

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi della Regione Piemonte

LINEE – GUIDA CERTIFICAZIONE INTOLLERANZE ALIMENTARI

Intolleranza al lattosio *(deficit di lattasi)* **primitiva permanente congenita/tardiva:** la diagnosi deve essere formulata in base all'esecuzione del breath test e/o test di Kerry prima e dopo carico di lattosio, presso una Struttura di Gastroenterologia.

Intolleranza al lattosio *(deficit di lattasi)* **secondaria** è transitoria (es. post-enteritica) la diagnosi può essere clinica e certificata dal PLS/MMG.

Le due voci sono distinte, in quanto nel primo caso la situazione è definitiva e la dieta viene attivata per tutto l'anno scolastico; nel secondo caso invece la dieta dovrebbe avere una durata limitata, per un massimo di tre mesi, da indicare nella certificazione. In caso di intolleranza protratta è opportuno impostare l'iter diagnostico previsto per il deficit permanente di lattasi.

E' utile specificare sempre il grado di intolleranza (lieve /grave).

Favismo: la diagnosi si basa sul dosaggio dell'attività della G6PDH e della G6PD e sul loro rapporto (opportuna conferma presso un centro di ematologia).

Altra intolleranza ai carboidrati *(deficit di sucrasi-isomaltasi, deficit di trealasi, malassorbimento di glucosio-galattosio):* la diagnosi deve essere posta , in base al dosaggio e all'attività degli enzimi coinvolti presso un centro di gastroenterologia.

Altri errori congeniti del metabolismo: la diagnosi deve essere formulata, in base alla valutazioni biochimiche specifiche presso un centro di riferimento per le malattie metaboliche.

Intolleranza ad alimenti ricchi di amine vasoattive: la certificazione può essere compilata in via preliminare dal medico pediatra o dal medico di medicina generale del SSN; la diagnosi è di pertinenza di una delle Unità Operative della Rete Regionale di Allergologia.
Al certificato definitivo deve essere allegata la documentazione di una delle Unità Operative della Rete Regionale di Allergologia.

Intolleranza ad additivi alimentari e metalli: : la certificazione può essere compilata in via preliminare dal medico pediatra o dal medico di medicina generale del SSN; la diagnosi è di pertinenza di una delle della Rete Regionale di Allergologia, sulla base dei test specifici (test di scatenamento orale in doppio cieco vs placebo per additivi). Al certificato definitivo deve essere associato il referto di una delle Unità Operative della Rete Regionale di Allergologia.

Rifiuto o avversione di un particolare alimento: nel caso in cui il bambino si rifiuti costantemente di assumere un alimento specifico in quanto non gradito o quando determina sintomi di avversione non si ritiene opportuna alcuna certificazione da parte del medico; sarà cura del genitore informare gli insegnanti al fine di concordare la linea di comportamento più opportuna (riproporre periodicamente l'alimento oppure non forzarne l'assunzione da parte del bambino); non è prevista alcuna sostituzione dell'alimento in questione.

Nel caso in cui dovesse essere comunque richiesta la sostituzione dell'alimento dovrà essere eseguito l'iter diagnostico previsto per le allergie alimentari; la sostituzione dell'alimento è condizionata all'esito positivo degli accertamenti.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

REGIONE PIEMONTE

Comune di ……..

Richiesta di dieta speciale per altre patologie che necessitano di dietoterapia

(la certificazione deve essere compilata dal medico pediatra del SSN o dal medico di medicina generale del SSN)

CERTIFICAZIONE

Si certifica che (cognome e nome)……

Nato a: ……

Residente a: …….. via: ……

Codice Fiscale o tessera sanitaria:……Tel:……

Scuola:……

è **affetto/a** da:

- □ **Diabete**
- □ **Dislipidemie**
- □ **Obesità complicata**
- □ Sovrappeso/Obesità semplice *(nel certificato medico deve essere segnalata la condizione di sovrappeso oppure di obesità semplice. Per il bambino verrà mantenuto il menù previsto per la ristorazione scolastica, in quanto normocalorico e bilanciato per le diverse fasce di età. Verranno peraltro adottate da parte del personale scolastico e degli addetti alla ristorazione opportune modalità comportamentali volte a migliorare l'educazione alimentare del bambino sovrappeso o obeso).*
- □ **Stipsi**
- □ **Reflusso gastro-esofageo**
- □ **Malattia da reflusso gastro-esofageo – esofagite - ulcera**
- □ **Gastrite e/o duodenite**
- □ **Colon irritabile – Colite**
- □ **Malattie infiammatorie croniche intestinali**
  Specificare: ……
- □ **Epatopatie – Colecistopatie**
  Specificare: ……
- □ **Ipertensione**
  Specificare: ……
- □ **Nefropatia – Calcolosi renale**
  Specificare: ……
- □ ……
- □ ……

Il/la bambino/a deve pertanto seguire una dieta appropriata alla diagnosi.

……, il……

Timbro e firma del Medico, titoli specialistici, numero di telefono

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

LINEE-GUIDA PER LA CERTIFICAZIONE

- **Diabete:** Il Servizio specialistico di riferimento deve allegare al certificato di malattia anche lo schema dietetico.
- **Dislipidemie:** la diagnosi deve essere posta dal Servizio specialistico.
- **Obesità complicata** la diagnosi deve essere posta dal Servizio specialistico.
- **Sovrappeso / Obesità** semplice: nel certificato medico deve essere segnalata la condizione di sovrappeso oppure di obesità semplice. Per il bambino verrà mantenuto il menù previsto per la ristorazione scolastica, in quanto normocalorico e bilanciato per le diverse fasce di età. Verranno peraltro adottate da parte del personale scolastico e degli addetti alla ristorazione opportune modalità comportamentali volte a migliorare l'educazione alimentare del bambino sovrappeso o obeso.
- **Malattia da reflusso gastro-esofageo – esofagite – ulcera:** la diagnosi deve essere posta da un Servizio di Gastroenterologia.
- Per il **Reflusso gastro-esofageo, Gastrite e/o duodenite, Stipsi, Colite – colon irritabile**, il certificato medico può anche essere redatto dal PLS/MMG e deve riportare la diagnosi e la durata del trattamento dietoterapeutico.
- **Malattie infiammatorie croniche intestinali:** la diagnosi deve essere posta da un Servizio di Gastroenterologia.
- **Epatopatie – Colecistopatie:** la diagnosi deve essere posta da un Servizio di Gastroenterologia.
- **Ipertensione** la diagnosi deve essere posta da un Servizio di Nefrologia o Cardiologia, che deve fornire anche l'indirizzo dietetico.
- **Nefropatia – Calcolosi renale:** la diagnosi deve essere posta da un Servizio di Nefrologia che deve fornire anche l'indirizzo dietetico.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

ALLEGATO N. 7 - SCHEDE PER LA FORMULAZIONE DI MENÙ SOSTITUTIVI (ES. ALLERGIE ALLE PROTEINE DEL LATTE, ALLERGIA ALL'UOVO, AL POMODORO, ECC.)

FONTE: MODIFICATO DA ATS PAVIA

TIPOLOGIA A: ALLERGIA/INTOLLERANZA AL LATTE VACCINO E DERIVATI

	CIBI DA EVITARE	SOSTITUZIONI
PRIMI PIATTI	1. Latte fresco, a lunga conservazione, in polvere o concentrato 2. Formaggio grattugiato 3. Pizza al formaggio 4. Sughi pronti (es. pesto)	1. Non utilizzare latte e derivati (formaggi, besciamella, panna, burro) nella preparazione (es: risotti, creme di verdure, ecc.) 2. Non aggiungere formaggio grattugiato 3. Sostituire con focaccia al pomodoro o pasta al pomodoro 4. Sostituire con olio extravergine d'oliva o sugo al pomodoro
SECONDI PIATTI	1. Latte e formaggio come ingredienti 2. Formaggio come secondo piatto	1. Evitare l'aggiunta di latte (es: lonza al latte, tacchino al latte, ecc.) Non aggiungere formaggio grattugiato nelle preparazioni (frittate, polpette, ecc.) 2. Sostituire con carne bianca o rossa o pesce o uova o legumi o formaggi di soia o di riso (controllare sull'etichetta l'assenza di derivati del latte vaccino)
VARIE	***Prodotti confezionati*** contenenti latte o derivati: lattosio, proteine del latte (lattoalbumina e lattoglobulina), caseinati di sodio di calcio o di magnesio; siero di latte, panna, crema di latte, burro.	• Evitare l'utilizzo di dadi da brodo, prosciutto cotto o altri salumi, gnocchi, hamburger, salse, basi pronte per pizza/focaccia, ecc. ***se contenenti latte e derivati.*** Leggere sempre le etichette dei prodotti confezionati
	Yogurt	• Se previsto a termine del pasto, sostituire con frutta fresca
MERENDA	Latte, yogurt, gelati e prodotti dolciari confezionati contenenti latte o derivati: lattosio, proteine del latte (lattoalbumina e lattoglobulina), siero di latte, caseinati di sodio di calcio o di magnesio; panna, burro. ATTENZIONE evitare i prodotti dolciari contenenti ***caramello (E150) e aromi naturali***	Alternare, nel corso della settimana, le seguenti tipologie di merenda: • Gallette con frutta fresca • Pane* con miele/marmellata • Fette biscottate* con miele/marmellata • Frutta • Pane con cioccolato fondente* ****verificare in etichetta l'assenza di derivati del latte***

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

- **Il latte vaccino può essere sostituito con bevanda vegetale a base di soia o di riso o di avena o di mandorle.**
- **Il latte di capra e i formaggi di capra possono *NON* essere tollerati dai soggetti allergici al latte vaccino.**
- **Per gli *intolleranti al lattosio*: è possibile utilizzare yogurt e latte H.D., formaggi stagionati a pasta dura ed extra dura come il parmigiano reggiano stagionato oltre 36 mesi.**

Le etichette degli **ingredienti** dei prodotti confezionati possono fornire informazioni importanti riguardo alla presenza di sostanze che possono scatenare una reazione allergica nei soggetti con ***allergia/intolleranza a latte e derivati.***

Evitare quindi i prodotti confezionati se riportano i seguenti ingredienti:

- Aroma artificiale di burro
- Aroma di caramello
- Aromi e aromi naturali
- Besciamella
- Burro, burro anidro
- Caglio
- Caseina, caseina idrolizzata
- Caseinati (di ammonio, calcio, magnesio, potassio, sodio)
- Colorante caramello, E 150 (caramello)
- Concentrato di proteine del siero
- Crema
- Derivati del latte
- Formaggio
- Grasso animale, grasso del burro o grassi animali
- Latte
- Latte acido
- Latte in polvere, liofilizzato, condensato, solido
- Latte pastorizzato
- Lattoalbumina, Lattoalbumina-fosfato
- Lattoglobulina
- Lattosio
- Margarina (alcuni tipi)
- Panna/crema, panna/crema acida
- Polvere di latte intero, Polvere di latte scremato
- Proteine del latte
- Siero, Polvere di siero
- Siero di latte delattosato
- Siero di latte demineralizzato
- Yogurt

Alimenti che possono contenere latte o derivati come ingrediente o contaminante:

- Caramelle
- Cereali per colazione (alcuni tipi), Muesli (alcuni tipi)
- Cioccolato al latte, snack a base di cioccolato
- Cioccolato fondente (tracce)
- Creme vegetali, Preparati per zuppe
- Formaggio di soia/tofu (alcuni tipi)
- Pane (alcuni tipi)
- Preparati base per pizza
- Prosciutto cotto e altri salumi.
- Torte, biscotti, fette biscottate

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

TIPOLOGIA B: ALLERGIA ALL'UOVO E DERIVATI

	CIBI DA EVITARE	SOSTITUZIONI
PRIMI PIATTI	1. Pasta all'uovo (lasagne, tagliatelle, ravioli, cannelloni, ecc.) 2. Uovo intero (sia albume che tuorlo) e derivati come ingrediente 3. Grana padano grattugiato o altro formaggio grattugiato contenente lisozima (alcuni tipi di Provolone, Montasio, Asiago).	1. Sostituire la pasta all'uovo con pasta di semola 2. Non utilizzare uova nelle preparazioni di sughi e leggere attentamente le etichette dei prodotti confezionati 3. Non utilizzare. Se possibile utilizzare un formaggio grattugiato senza lisozima.
SECONDI PIATTI	1. Frittata, uova strapazzate, uova sode, tortini a base di uova, omelette 2. Uovo intero (sia albume che tuorlo) e derivati come ingrediente 3. Prodotti confezionati contenenti uova o derivati: albumina, globuline, tuorlo, albume. 4. Grana padano o altro formaggio contenente lisozima (alcuni tipi di Provolone, Montasio, Asiago)	1. Sostituire con carne bianca o rossa o pesce o formaggio o legumi 2. Non utilizzare uova nelle preparazioni (come polpette, tortini di verdure, ecc.), Non utilizzare uova nelle impanature di carne o filetti di pesce 3. Evitare gli alimenti pronti (es: hamburger, filetto di pesce impanato, ecc.) contenenti uova o derivati 4. Sostituire con un formaggio non contenente lisozima
MERENDA	Prodotti dolciari confezionati contenenti uova o derivati	Alternare nel corso della settimana le seguenti tipologie di merenda: • Pane con miele/marmellata • Frullato di frutta • Frutta fresca • Frutta secca • Pane con cioccolato • Fette biscottate con miele/marmellata

*Attenzione: alcuni soggetti con spiccata allergia **all'UOVO** possono avere reazione crociata con carne di **POLLO**.*

Le etichette degli **ingredienti** dei prodotti confezionati possono fornire informazioni importanti riguardo alla presenza di sostanze che possono scatenare una reazione allergica nei soggetti con **allergia all'uovo e derivati.**

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

Evitare quindi i prodotti confezionati se riportano i seguenti ingredienti:

- Albume, Bianco d'uovo
- Albumina d'uovo
- Coagulanti
- E1105 lisozima
- E322 lecitine (possono essere di soia e di uovo, se non specificato meglio evitare)
- Emulsionanti
- Livetina
- Ovoalbumina
- Ovomucina
- Ovomucoide
- Ovovitellina
- Globulina
- Polvere d'uovo
- Rosso d'uovo
- Tuorlo
- Uovo in polvere
- Uovo intero
- Uovo sodo
- Vitellina

Alimenti che possono contenere proteine delle uova

- Biscotti, torte dolci e salate
- Caramelle (in particolare le gelatine)
- Cereali per la prima colazione (alcuni tipi)
- Crema, crema al limone, farcitura di crema
- Dolci
- Farine per dolci
- Formaggio grana padano
- Formaggio Provolone, Montasio, Asiago (alcuni tipi; verificare nella lista degli ingredienti la presenza del lisozima)
- Gelati
- Hamburgher preconfezionati e altri prodotti di trasformazione della carne

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

TIPOLOGIA C: INTOLLERANZA AL GLUTINE

Per semplificare le attività di preparazione e somministrazione a scuola si ritiene di applicare le attenzioni per il pasto senza glutine anche per l'allergia al GRANO e al FRUMENTO

E' un'intolleranza permanente al glutine presente nel frumento (grano), grano khorasan o kamut, orzo, segale, farro, farro spelta, triticale. L'avena sembrerebbe ben tollerata dai celiaci, tuttavia occorre attende una più accurata definizione delle caratteristiche delle tipologie di avena per consigliarne il consumo.
Cereali permessi (riso, mais, grano saraceno, amaranto, miglio, manioca, quinoa, sorgo, teff) sono tali solo se in chicchi, farine e derivati solo se riportano la dicitura "senza glutine" in etichetta (Reg. UE 828/2014).

	CIBI DA EVITARE	SOSTITUZIONI
PRIMI PIATTI	Pasta di frumento o di farro o di kamut, semolino, farro, orzo, avena, cous-cous, bulgur, gnocchi di patate Pizza Sughi pronti del commercio (es. Pesto) Crostini di pane per zuppe Pane grattugiato, farina, amido di frumento	• ***Primi piatti asciutti*** a base di pasta senza glutine o altri cereali permessi conditi con olio extravergine d'oliva e grana o con zafferano o con sughi preparati senza l'aggiunta di ingredienti vietati (farina, amido, pangrattato). *Evitare sempre ragù o sughi confezionati.* • ***Minestre*** con *pasta senza glutine o altri cereali permessi* inbrodo di verdure o in minestrone preparati con ingredienti permessi. • Utilizzare base per *pizza senza glutine* oppure *sostituire con pasta senza glutine o riso al pomodoro* • Sostituire con sugo di *pomodoro con olio extravergine d'oliva* oppure con pesto preparato con prodotti senza glutine • Utilizzare crostini di pane senza glutine o sostituirli con riso o pasta aglutinata. • Utilizzare farine e amidi senza glutine per addensare minestre o sughi
SECONDI PIATTI	Ingredienti per cucinare carne, pesce o uova: pane grattugiato, farina, amido di frumento Formaggi spalmabili o fusi o formaggi a crosta fiorita o erborinati (es. brie, Roquefort, Folepì) *possono contenere addensanti, gelificanti o aromi vietati*	• Utilizzare farina o pangrattato senza glutine nella preparazione dei secondi piatti (es. filetto di pesce o carne impanati, frittate, polpette, polpettoni, ecc.) • Verificare l'etichetta di formaggi spalmabili, formaggi a crosta fiorita o erborinati: utilizzare solo prodotti senza glutine • Formaggi freschi e stagionati italiani (compreso il gorgonzola) *non contengono glutine e sono quindi sicuri*

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

	CIBI DA EVITARE	SOSTITUZIONI
CONTORNI	Verdure impanate o infarinate con farine non consentite, patate surgelate, contorni misti già confezionati	• Verdure fresche o surgelate senza aggiunta di altri ingredienti. • Patate fresche o surgelate (senza grassi aggiunti)
P A N E	Pane di frumento o multicereale	• Somministrare esclusivamente pane o grissini o fette biscottate ***senza glutine*** *
VARIE	Oli di semi vari Salse di ogni tipo Yogurt al malto, ai cereali Yogurt alla frutta non consentiti Yogurt al naturale con addensanti Prodotti pronti del commercio contenenti farine di cereali vietate, prodotti confezionati (es. carne/ pesce surgelato, tonno sott'olio, ecc.), marmellata, cioccolato, gelati, budini	• Utilizzare esclusivamente olio extravergine d'oliva. Per aromatizzare le preparazioni sono consentiti: aceto, sale, erbe aromatiche e spezie, zafferano • Se previsti al posto della frutta o come merenda: utilizzare yogurt alla frutta ***senza glutine*** * o yogurt bianco • Utilizzare dadi da brodo, brodi ecc. ***senza glutine*** * • Verificare che i prodotti confezionati siano ***senza glutine*** *. *Sono da verificare* le seguenti categorie di alimenti: - **salumi** se previsto in menù (tranne il prosciutto crudo, il lardo d'Arnad DOP e di Colonnata IGP che sono privi di rischio) - **carne o pesce** impanati o preparati con farina (es. hamburger surgelati). - **formaggi** spalmabili o formaggi a crosta fiorita o erborinati (es. brie, Roquefort, Folepì). - **funghi /patate surgelati** (leggere gli ingredienti) - puré istantaneo - **marmellate** - **cioccolato** (in tavolette, da spalmare) - **gelati** - **prodotti sott'olio** senza specifica dell'olio (utilizzare tonno in olio di oliva)

MERENDA	Cracker, fette biscottate, biscotti, merende confezionate, torte prodotte nel centro cottura con farine vietate	• Utilizzare cracker, fette biscottate, biscotti, merende confezionate senza glutine. • Alternare nel corso della settimana le seguenti tipologie di merenda: • Cracker senza glutine con frutta fresca • Pane senza glutine e miele/marmellata/ cioccolato* • Frutta fresca • Fette biscottate senza glutine • Yogurt senza glutine

EVITARE L'USO DI PRODOTTI DI CUI NON SI CONOSCE L'ESATTA COMPOSIZIONE

** Ai sensi del Reg. UE n. 828/2014)*

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente copia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è conservato negli archivi di Regione Piemonte

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

TIPOLOGIA E: **FAVISMO**

E' una intolleranza permanente a **FAVE e PISELLI.**

	CIBI DA EVITARE	SOSTITUZIONI
PRIMI PIATTI	1. Passati/minestroni/crema di verdure, crema di piselli 2. Primi piatti asciutti al sugo di piselli, al sugo di verdura *(se contenenti piselli o fave)*	1. Primi piatti in brodo vegetale senza fave né piselli. 2. Primi piatti al pomodoro o all'olio extravergine di oliva e grana o al pesto
SECONDI PIATTI	1. Secondi piatti a base di carne o pesce in umido contenenti fave o piselli (es. spezzatino con piselli) 2. Sformati o tortini a base di uova e verdura se contengono fave o piselli	1. Carne bianca o rossa o pesce ai ferri o agli aromi o al pomodoro 2. Frittata semplice
CONTORNI	No piselli o fave	Verdura cruda o cotta di stagione. Non utilizzare contorni misti surgelati se contenenti fave o piselli

*N.B. Sono concessi **ceci, fagioli, lenticchie, fagiolini** e altre verdure e ortaggi se non espressamente indicato nel certificato medico attestante la patologia dell'alunno/insegnante.*

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

TIPOLOGIA F: ALLERGIA/INTOLLERANZA AL POMODORO

	CIBI DA EVITARE	SOSTITUZIONI
PRIMI PIATTI	1. Primi piatti asciutti conditi con ***sughi al pomodoro*** (es. pasta/riso al pomodoro, al sugo di verdure, al ragù, ecc.) 2. Minestre/passati di verdura/ creme di verdure contenenti pomodoro 3. Pizza	1. Primi piatti asciutti all'olio extravergine di oliva e grana o al pesto o al ragù senza pomodoro. 2. Primi piatti in brodo vegetale. Verificare che il dado/preparato per brodo non contenga pomodoro 3. Focaccia al formaggio o pasta/riso all'olio extravergine di oliva e grana
SECONDI PIATTI	Secondi piatti a base di carne o pesce o uova conditi con sugo al pomodoro (es. spezzatino di carne in umido; merluzzo al pomodoro, ecc.)	• Carne bianca o rossa o pesce o uova cucinati senza l'aggiunta di pomodoro.
CONTORNI	Pomodori in insalata/insalata mista con pomodori	• Verdura cruda di stagione

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

TIPOLOGIA G: ALLERGIA/INTOLLERANZA AI LEGUMI E/O SOIA

EVITARE I LEGUMI: piselli, lenticchie, fave, ceci, fagioli, fagiolini, cicerchia, lupini, soia*

	CIBI DA EVITARE	SOSTITUZIONI
PRIMI PIATTI	1. Passati/minestroni di verdure, primi in brodo con legumi, creme di verdure contenente legumi 2. Primi piatti asciutti al sugo di legumi (es. risotto con piselli ecc.)	1. Primi piatti in brodo vegetale senza legumi 2. Primi piatti asciutti al pomodoro o all'olio extravergine d'oliva e grana o al pesto.
SECONDI PIATTI	1. Secondi piatti a base di legumi (es: polpettine di legumi) o sformati/tortini di verdura contenenti legumi 2. Spezzatino con piselli	1. Carne bianca o pesce ai ferri o agli aromi, al limone. Uova strapazzate o frittata 2. Formaggio
CONTORNI	Contorni di legumi (fagiolini, piselli, fagioli, lenticchie, germogli di soia)	Verdura cotta o crudo a piacere
VARIE	Dadi da brodo o preparati per brodo contenenti glutammato di sodio (si ottiene dai semi di soia) o proteine della soia Prodotti utilizzati durante la preparazione degli alimenti e prodotti per le merende che possono contenere legumi: *lecitina, proteine idrolisate* di soia, oli di semi vari, margarine	Utilizzare prodotti in cui in etichetta non sono presenti legumi Alternare nel corso della settimana le seguenti tipologie di merenda: • Pane con miele/marmellata • Frutta fresca

** è preferibile evitare anche altre leguminose come ARACHIDI e CARRUBE (la cui farina viene utilizzata come addensante), a meno che non siano espressamente concesse nel certificato medico attestante la patologia.*

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

Le etichette degli **ingredienti** dei prodotti confezionati possono fornire informazioni importanti riguardo alla presenza di sostanze che possono scatenare una reazione allergica nei soggetti con ***allergia alla SOIA E/O LEGUMI.***

Evitare quindi i prodotti confezionati se riportano i seguenti ingredienti:

- Proteine della soia
- Proteine della soia isolate o concentrate
- Proteine vegetali
- E 322 (lecitina)
- Farina di soia
- Granelli di soia
- Olio di soia
- Salsa di soia
- Addensanti (con farina di carrube)
- Agenti di carica
- Amido
- Amido vegetale

Alimenti che possono contenere PROTEINE DELLA SOIA

- Alimenti per l'infanzia
- Alimenti pronti a base di carne (es. hamburgher)
- Biscotti, merendine, prodotti da forno (cracker, grissini)
- Pane
- Caramelle
- Carne o pesce in scatola
- Cereali per la colazione, muesli
- Dadi da brodo
- Dessert (es. gelati, budini)
- Salse pronte
- Margarine
- Oli vegetali
- Tofu, yogurt di soia, miso, salsa di soia, tempeh

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

TIPOLOGIA G: ALLERGIA ALLE ARACHIDI

Le arachidi appartengono alla famiglia delle Leguminose.

Tuttavia, se viene certificata un'allergia alle arachidi, gli altri legumi NON sono da eliminare a meno che lo specialista non lo indichi espressamente nel certificato medico.
È più comune che chi è allergico alle arachidi sia allergico alla FRUTTA SECCA CON GUSCIO (vedi Dieta Tipologia I) che sarà quindi da evitare.
Controllare le etichette degli alimenti ed eliminare i prodotti che contengono le ARACHIDI come ingrediente o come ingrediente "nascosto":

- Olio di arachide
- Burro/crema/farina di arachide
- Frutta secca a guscio (noci, nocciole, mandorle, pinoli, ecc.)
- Pesto
- Dadi da brodo (alcuni tipi)
- Olio vegetale
- Dolci e biscotti (alcuni tipi)
- Margarine
- Marzapane
- Muesli
- Alcuni tipi di corn flakes
- Proteine vegetali idrolizzate
- Salse pronte (alcuni tipi)
- Pizza (alcuni panettieri utilizzano per l'impasto /teglia margarine o olio di semi di arachide o di semi vari)

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

TIPOLOGIA H: ALLERGIA/INTOLLERANZA AL PESCE

L'allergia si sviluppa ***verso una determinata proteine del pesce***, pertanto fin quando non si conoscerà l'esatta proteina a cui il soggetto è allergico si consiglia di evitare tutti i tipi di pesce.

	CIBI DA EVITARE	SOSTITUZIONI
PRIMI PIATTI	Condimento del primo piatto contenente pesce (es. pasta al tonno)	Pasta al pomodoro o all'olio extravergine d'oliva
SECONDI PIATTI	Pesce fresco o surgelato o in scatola come secondo piatto	Carne bianca o rossa o formaggio o uova o legumi
VARIE	Prodotti per la merenda contenenti colla di pesce	• Leggere le etichette dei prodotti confezionati per escludere quelli contenenti pesce o derivati

Nota: allergia ai crostacei (gamberi, gamberetti, scampi, granchi, aragoste) e ai molluschi (cozze, vongole, seppie, calamaro, polpo) sono meno frequenti. In genere questi prodotti non sono presenti nella ristorazione scolastica, in caso contrario prevedere una sostituzione per i soggetti allergici (vedi schema intolleranza al pesce).

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

TIPOLOGIA I: ALLERGIA ALLA FRUTTA O VERDURA

ALLERGIA ALLA FRUTTA o VERDURA: i frutti che più comunemente sviluppano allergie sono mela, pera, banana, kiwi. Le verdure che più frequentemente sono responsabili dell'insorgenza di reazioni allergiche, oltre al pomodoro (vedi tipologia dieta F - allergia al pomodoro) sono: peperone, sedano, carota.

	CIBI DA EVITARE	SOSTITUZIONI
PRIMI PIATTI	Frutta fresca	• Sostituire la FRUTTA a cui il soggetto è allergico con altro tipo di frutta fresca
	Verdura fresca o surgelata	• Sostituire la VERDURA a cui il soggetto è allergico con altro tipo di verdura • Evitare minestroni/passati/creme di verdura in cui sono presenti verdure non consentite: sostituire con primi in brodo senza le verdure non consentite
	PRODOTTI VARI: sughi pronti, dadi da brodo, prodotti pronti	• Evitare i sughi, i dadi e altri prodotti pronti tra i cui ingredienti sono presenti le verdure non consentite (leggere le etichette)
	Yogurt alla frutta a fine pasto	• Sostituire lo yogurt, se contenente la frutta a cui il soggetto è allergico, con altro tipo di yogurt
SPUNTINO/ MERENDA	FRUTTA o prodotti contenenti frutta: yogurt alla frutta, succhi di frutta, merendine confezionate con marmellata, frullati di frutta, pane e marmellata	• Sostituire il prodotto, se contenente la frutta a cui il soggetto è allergico, con altro tipo di frutta

ALLERGIA ALLA FRUTTA SECCA CON GUSCIO: noci, mandorle, nocciole, pinoli, noci brasiliane, anacardi, pistacchi e ARACHIDI (vedi tipologia dieta G – allergia ai legumi e/o soia)

	CIBI DA EVITARE	SOSTITUZIONI
PRIMI PIATTI	Pesto come condimento dei primi piatti	• Primi piatti asciutti all'olio extravergine d'oliva e grana o al pomodoro o basilico fresco. Utilizzare olio extravergine d'oliva
PRODOTTI VARI	1. Oli di semi vari, olio di arachide 2. Prodotti confezionati, utilizzati per le merende (es. cioccolato, gelati, merendine confezionate) o sughi pronti che possono contenere *frutta secca o arachidi*	1. Olio extravergine d'oliva 2. *Verificare attentamente in* ***etichetta*** *che non siano presenti i seguenti ingredienti:* mandorle, arachidi (anche olio di arachidi), noci, anacardi, nocciole, pinoli, pistacchi, olio di girasole, margarina, olio vegetale, oli di semi vari, crema al cioccolato con nocciole, crema gianduia, olio di mandorle, burro, olio di noce, marzapane, pasta di mandorle, olio di mandorle e di noci, alcuni tipi di corn flakes

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente copia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è conservato negli archivi di Regione Piemonte

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

TIPOLOGIA L: ALLERGIA AL NICHEL

Utilizzo di padelle e altri utensili da cucina in acciaio inossidabile: a tutt'oggi non ci sono indicazioni chiare sull'evitare o meno questo tipo di materiale per il possibile rilascio di nichel negli alimenti. Potrebbe essere utile evitare di usare padelle in acciaio inossidabile per cuocere alimenti acidi quali pomodori, aceto, limone, soprattutto se si tratta di materiali nuovi e di primo utilizzo.

Di seguito vengono riportati gli alimenti che vengono considerati ad elevato contenuto di nichel dalla maggior parte delle fonti di letteratura scientifica (elaborato da Pizzutelli, 2010).

CIBI DA EVITARE	SOSTITUZIONI
TUTTI GLI ALIMENTI IN SCATOLA **FRUTTA SECCA E SEMI:** nocciole, arachidi, mandorle, noci, ecc. Semi di girasole. **LEGUMI:** fagioli, piselli, ceci, lenticchie, soia e prodotti derivati, ecc. **VERDURA:** *le indicazioni in letteratura NON sono univoche. Alcune verdure sono proibite da alcuni e concessi da altri. Di seguito vengono indicati le verdure che vengono escluse dalla maggior parte delle fonti. Attenersi a quanto scritto dal medico allergologo sul certificato medico:* cavolo verde, carote, cipolle, lattuga, mais, pomodori, spinaci. **FRUTTA:** pere **CEREALI E DERIVATI:** Farina e derivati di grano integrale, riso integrale, avena, grano saraceno, mais. Carne, pesci, uova, legumi: crostacei, molluschi, aringhe, salmone, sgombro, tonno **PRODOTTI VARI:** cioccolato, cacao, te, liquirizia, lievito artificiale in polvere, Frutta essiccata	• Alimenti freschi o surgelati • Evitare prodotti pronti (es. pesto) o prodotti da forno contenenti frutta secca. • Evitare minestre contenenti legumi e sostituire con verdure concesse i contorni a base di legumi (es. spezzatino con piselli). • Tutte le altre verdure, se non espressamente vietate nel certificato medico. • Tutti gli altri tipi di frutta, se non espressamente vietate nel certificato medico. • Pane e pasta non integrale. Riso brillato o parboiled. • Tutti i tipi di pesce, se non espressamente vietati nel certificato medico • Prodotti da forno senza gli alimenti vietati. Prodotti da forno con lievito naturale

Controllare le etichette dei prodotti confezionati per verificare l'assenza degli alimenti vietati.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

TIPOLOGIA P: DIETA "LEGGERA"

Per dieta leggera si intende una dieta per una situazione transitoria che preveda il consumo di piatti semplici a seguito di: gastriti o gastroduodeniti, dispepsie, enteriti in via di risoluzione, stati di chetosi secondari a disordini alimentari, sindromi post-influenzali che richiedono cautela nella ripresa della abituale alimentazione (es. nella reintroduzione del latte).

TIPO DI PREPARAZIONE	INDICAZIONI
PRIMI PIATTI:	• Riso o pasta, asciutti o in brodo vegetale, conditi con olio extravergine d'oliva crudo o sugo di pomodoro con aggiunta a crudo di olio extravergine d'oliva. Poco parmigiano/grana padano ben stagionati • Polenta o gnocchi conditi con salsa di pomodoro e parmigiano (se presenti in menù)
SECONDI PIATTI	• Carne magra (manzo o lonza di maiale, o pollo o tacchino) al vapore, alla piastra, lessata, al forno • Pesce al vapore, alla piastra, lessato, al forno • Formaggi tipo ricotta, mozzarella, crescenza
CONTORNI	• Verdura cruda o cotta, lessata o stufata, condita con olio extravergine d'oliva crudo, poco sale ed, eventualmente, limone
FRUTTA	• Di tutti i tipi
CONDIMENTI	• Deve essere utilizzato esclusivamente olio extravergine d'oliva a *crudo* (sia per la preparazione del sugo di pomodoro che per condire secondi piatti e contorni), in quanto la cottura altera la digeribilità dei grassi
MERENDA	Alternare le seguenti tipologie di merenda: • Pane o fette biscottate con miele/marmellata • Frutta fresca

Le grammature delle porzioni rimangono invariate.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

TIPOLOGIA R: ALLERGIA AGLI ALIMENTI RICCHI IN ISTAMINA E ISTAMINO-LIBERATORI

Evitare alimenti ricchi in ISTAMINA o ISTAMINO-LIBERATORI:

- fragole, agrumi, banane, ananas, lamponi, avocado, pomodori, spinaci, fecola di patate;
- arachidi, noci, nocciole, mandorle;
- fave, piselli, ceci, lenticchie, fagioli;
- albume;
- formaggi fermentati, yogurt, lievito di birra;
- crostacei, frutti mare, pesce conservato (aringhe, alici, sardine, salmone, tonno);
- cioccolato;
- insaccati, alimenti in scatola;
- dadi per brodo;
- bevande fermentate, caffè.

	CIBI DA EVITARE	SOSTITUZIONI
PRIMI PIATTI	1. Pasta/Riso con sughi a base di pomodoro, spinaci, legumi. Pasta al tonno o con altri pesci conservati o crostacei, pasta al pesto 2. Minestre contenenti legumi, pomodori, spinaci, patate 3. Parmigiano o grana grattugiato	1. Riso o pasta all'olio extravergine d'oliva 2. Pastina o riso in brodo vegetale senza legumi, pomodori, spinaci, patate 3. Evitare di aggiungere grana o parmigiano grattugiato sui primi piatti
SECONDI PIATTI	1. Formaggi stagionati (grana, parmigiano, emmenthal, ecc.) e mozzarella 2. Formaggio grattugiato nelle preparazioni 3. Molluschi, pesce in scatola (tonno, acciughe, sardine, ecc.) 4. Albume 5. Insaccati	1. Formaggi freschi (primo sale, crescenza) e ricotta 2. Evitare di aggiungere formaggio stagionato in frittate, polpette, ecc. 3. Sostituire con pesci consentiti, se non espressamente vietati nel certificato medico 4. No uovo come secondo piatto 5. Carni fresche
CONTORNI	Pomodoro, spinaci, legumi, patate	• Verdure consentite

FRUTTA	Fragola, ananas, agrumi, banane, lamponi Frutta secca se presente come ingrediente di prodotti pronti	• Frutta consentita • Evitare prodotti contenenti frutta secca
VARIE	Cibi in scatola Cioccolato/cacao Yogurt Olio di arachide Evitare dadi da brodo se contenenti le verdure vietate Lievito di birra	• Prodotti freschi o surgelati • Verificare nell'etichetta dei prodotti pronti e altri ingredienti l'assenza degli alimenti vietati. • Frutta consentita • Olio extravergine d'oliva

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

ALIMENTAZIONE PER MOTIVI ETICI O RELIGIOSI (esclusione di tutti i tipi di carne)

CIBI DA EVITARE	SOSTITUZIONI
No carne di manzo, vitellone, pollo, tacchino, maiale **PRIMI PIATTI:** Primi piatti contenenti carne (es: pasta o gnocchi al ragù) **SECONDI PIATTI:** Secondi a base di carne di manzo, vitellone, pollo, tacchino, maiale	• Primi piatti al sugo di pomodoro o all'olio extravergine di oliva e grana o al pesto o al sugo di verdure • Alternare, nel corso della settimana, i seguenti tipi di alimenti: - Uova strapazzate o frittata - Formaggio - Filetto di pesce al forno - Legumi

Se presente in menù, sostituire il prosciutto cotto con formaggio o legumi.

ALIMENTAZIONE PER MOTIVI ETICI O RELIGIOSI (senza carne di maiale)

CIBI DA EVITARE	SOSTITUZIONI
No carne di maiale e derivati **PRIMI PIATTI:** Primi piatti contenenti carne di maiale (es: pasta o gnocchi al ragù se preparato anche con carne di maiale) **SECONDI PIATTI:** Secondi a base di carne di maiale compreso il prosciutto cotto e crudo	• Primi piatti al sugo di pomodoro o all'olio extravergine di oliva e grana o al pesto o al sugo di verdure • Carne di manzo o pollo o tacchino

Se presente in menù, sostituire il prosciutto cotto con formaggio.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

ALLEGATO N. 8 – Griglia di valutazione/autovalutazione qualità dei menù

Tabella 1 - Requisiti nutrizionali di base

N	REQUISITI NUTRIZIONALI DI BASE	SI	NO	NR*
1	Menù articolato su almeno 4 settimane			
2	Verdura, preferibilmente di stagione, almeno 1 porzione ogni pasto			
3	Patate 0-2 volte al mese associate ad un primo piatto in brodo di verdura			
4	Frutta di stagione una porzione ogni pasto			
5	Piatto a base di cereali (pasta, riso, farro, orzo, polenta ecc.) ad ogni pasto			
6	Primi piatti in brodo di verdure almeno 1 volta a settimana in particolare nel menù invernale			
7	Presenza di cereali integrali in primi piatti e pane integrale almeno 1 volta alla settimana			
8	Pane NON addizionato con grassi (olio, strutto) e a ridotto contenuto di sale (1,7% farina), da dichiarazione			
9	Piatti a base di pesce almeno 1 volta a settimana; pesce in scatola non più di 2 volte al mese			
10	Piatti a base di legumi almeno 1 volta alla settimana			
11	Piatti a base di carne non oltre 1-2 volte alla settimana, variandone la tipologia			
12	Esclusione di carne conservata (affettati, salumi, ecc)			
13	Piatti a base di formaggio non oltre 1 volta alla settimana			
14	Piatti a base di uova non oltre 1 volta alla settimana			
15	Grammature in linea con le grammature presenti nel cap. 3.9			
16	Metodi di cottura in linea con le presenti proposte operative			
17	Olio di oliva extravergine come unico condimento			
18	Sale iodato			

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

Tabella 2 - Requisiti nutrizionali di miglioramento

N	REQUISITI NUTRIZIONALI	SI	NO	NR*
1	Menù stagione autunni/inverno – primavera estate			
2	Offerta altri cereali, oltre a pasta e riso (esempio orzo, farro, miglio ecc)			
3	Piatti a base di legumi più di 1 volta alla settimana: proposti come secondo piatto in sostituzione della carne			
4	Piatti a base di carne non oltre 1 volta alla settimana dando la preferenza alla carne bianca (pollo, tacchino, coniglio)			
5	Piatti unici composti da cereali (pasta, riso, ecc) ed alimenti prevalentemente proteici (legumi, carne, pesce, formaggi, uova)			
6	Verdura di stagione cruda e cotta, almeno quattro varietà nella settimana specificate nel menù			
7	Frutta fresca di stagione almeno tre varietà nella settimana			
8	Prodotti biologici e/o a Km 0 presenti nel menù			
9	Frutta fresca di stagione proposta come spuntino di metà mattina			
10	Merende pomeridiane, se presenti, in linea con le presenti proposte operative			
11	Pane servito dopo il primo piatto			
12	Distribuzione di verdura prima del primo piatto almeno una volta al mese			

(Legenda: P requisito presnte; A requisito non presente; NR requisito non rilevabile
(Fonte: modificato da ATS Lombardia)

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi della Regione Piemonte

ALLEGATO N. 9 - PROCEDURA GESTIONE LATTE MATERNO AL NIDO

Il latte materno rappresenta il miglior alimento per i neonati, perché fornisce tutti i nutrienti di cui hanno bisogno nella prima fase della loro vita (per esempio alcuni acidi grassi polinsaturi, proteine, ferro assimilabile ecc.). Inoltre, contiene sostanze bioattive e immunologiche che non si trovano nei sostituti artificiali e che invece sono fondamentali sia per proteggere il bambino da eventuali infezioni batteriche e virali, sia per favorire lo sviluppo intestinale.
È per questo che tutti i bambini dovrebbero essere esclusivamente allattati al seno per i primi sei mesi di vita (26 settimane). Secondo le indicazioni dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, dell'Unicef e dell'Unione Europea, recepite anche dal nostro Ministero della Salute, l'allattamento al seno dovrebbe poi continuare per due anni e oltre, secondo il desiderio della mamma e del bambino.
Le evidenze scientifiche hanno abbondantemente dimostrato l'importanza dell'allattamento materno per la salute della mamma e del bambino. Per le ragioni sopra riportate, è da sostenere il consumo di latte materno anche per i bambini che frequentano i nidi, dando la possibilità alle mamme di consegnare il proprio latte.
Dato che il latte materno non viene consumato nell'immediato, è fondamentale che tutto il processo avvenga in sicurezza secondo una procedura codificata di gestione del latte materno, descritta nei successivi paragrafi e distinta specificatamente per le famiglie e per gli operatori del nido.
Pertanto, gli asili nido dovranno consegnare alle famiglie interessate:

- le istruzioni per la raccolta, la conservazione e il trasporto del latte materno;
- il modulo di richiesta per la somministrazione del latte materno al Nido d'Infanzia (nel quale la mamma specifica quando e con quale frequenza si desidera che venga somministrato il proprio latte).

Procedura per la gestione del latte materno, somministrato ai bambini del nido d'infanzia, da parte delle FAMIGLIE

La suzione del latte direttamente dal seno non richiede trattamenti, essendo emesso in forma perfettamente adatta e sicura per il bambino.
Diverso è il discorso per la conservazione dello stesso: il latte materno non viene emesso sterile, contiene alcuni batteri importanti per la salute del bambino; è invece da evitare la presenza di batteri patogeni derivanti da manovre di raccolta non sufficientemente igieniche.
Si ricorda che la riproduzione dei batteri rallenta alle basse temperature come quella del frigorifero (sotto ai 6-10°C) ed è quasi totalmente ferma alle temperature del congelatore (-18°C).
È pertanto opportuno che il latte venga adeguatamente conservato, in modo che i batteri non diventino pericolosi per il bambino, evitando eventuali contaminazioni esterne e riducendo il più possibile la replicazione dei batteri già presenti nel latte.

La disinfezione del materiale da utilizzare per la conservazione del latte

Prima di ogni disinfezione, tutto il materiale deve essere lavato con acqua molto calda saponata e risciacquato con acqua corrente molto calda, in modo da eliminare tutti i residui organici; successivamente si può procedere con la sterilizzazione (per il tiralatte seguire le indicazioni della casa costruttrice).
Esistono 2 tipologie di metodi per effettuare correttamente la sterilizzazione:

Metodo a Caldo

- nella pentola a pressione 10 minuti nel cestello a vapore;
- nella pentola normale a coperchio chiuso, 20 minuti di bollitura, avendo cura di immergere le parti in vetro quando l'acqua è ancora fredda, e le parti in gomma quando l'acqua inizia a bollire;
- in appositi sterilizzatori elettrici, che agiscono erogando vapore acqueo.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente copia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è conservato negli archivi di Regione Piemonte

Metodo a Freddo

E' un metodo chimico che prevede l'uso di appositi disinfettanti (liquidi o in compresse effervescenti), acquistabili in farmacia, da sciogliere in acqua fredda secondo le proporzioni indicate sulla confezione del prodotto. Gli oggetti vanno quindi immersi in apposite vaschette contenenti tali soluzioni per il tempo indicato dalle ditte produttrici.

Es. Metodo Milton: si esegue dopo aver pulito con acqua e detergente la tettarella e aver lavato con acqua e scovolino la parte in vetro (in alternativa lavarla in lavastoviglie). Successivamente la tettarella e la parte in vetro devono essere lasciate a contatto con la soluzione disinfettante per almeno 2 ore, completamente immerse; la soluzione va rinnovata ogni 24 ore. Gli oggetti vanno estratti dalla soluzione con le apposite pinze e lasciati sgocciolare; non risciacquarli al momento dell'uso.

La raccolta del latte materno

La raccolta del latte può essere effettuata attraverso la spremitura manuale del seno (quella che ogni mamma può fare con le proprie mani), oppure attraverso l'ausilio del tiralatte (elettrico o manuale) seguendo le opportune norme igieniche indicate dalla casa costruttrice.

- Prima di ogni raccolta del latte: lavare accuratamente le mani e il seno con acqua e sapone neutro facendo attenzione che sia ben risciacquato e asciugato con salviette monouso o garze sterili (non usare mai le salviette comuni da bagno) o con aria calda (phon);
- raccogliere il latte in un apposito contenitore sterile (vasetto conserva latte o biberon), dotato di dispositivo di chiusura (coperchio);
- se la mamma spreme da sé il latte farlo possibilmente direttamente dentro il contenitore;

Oltre essere sterilizzati, i recipienti devono essere di materiale idoneo per i lattanti e rispettare la normativa vigente in merito alla composizione; utilizzare biberon di vetro (pyrex) o di plastica (polipropilene).

La conservazione del latte materno

Per la conservazione del latte materno è necessario:

- raffreddare il contenitore chiuso (biberon) sotto acqua fredda corrente e posizionarlo immediatamente in frigorifero o in freezer;
- in ogni contenitore conservare solo il latte per una poppata e riempirlo fino all'orlo (nel caso si volesse congelare, il contenitore non deve essere riempito fino all'orlo, in quanto il congelamento provoca un aumento del volume del liquido con possibili rotture del recipiente);
- porre un'etichetta adesiva indicante: il nome del bambino, la data ultima per l'utilizzo e l'orario di somministrazione. L'etichetta dovrà essere firmata dal genitore e posizionata "a scavalco" in parte sul coperchio e in parte sul biberon, in modo da sigillarlo;
- qualora la raccolta avvenga a più riprese è necessario raffreddare il latte appena spremuto prima di aggiungerlo al latte precedentemente refrigerato;
- in alternativa, conservare il latte materno congelato nel compartimento freezer. Una volta scongelato, in frigorifero durante la notte, sotto l'acqua corrente o a bagnomaria, il latte non va tenuto a temperatura ambiente o ricongelato;
- evitare che il contenitore sia a contatto diretto con altro materiale stoccato in frigorifero/ freezer (si suggerisce di utilizzare un ulteriore contenitore di protezione);

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
servato negli archivi della Regione Piemonte

DURATA	MODALITA' E TEMPERATURE DI CONSERVAZIONE
3-4 ore	A temperatura ambiente <25°
24 ore	A temperature <15° (es. in borsa termica con blocchetti refrigeranti)
24 ore	In frigorifero* a 0-4°C nel caso di latte scongelato
Fino a 4 giorni	In frigorifero* a 0-4°C nel caso di latte fresco
3 mesi	Nel settore freezer con sportello autonomo dentro un frigorifero
6mesi	In un freezer a -20°C

*Nella parte più fredda: nella parte posteriore del ripiano sopra lo scomparto delle verdure.
Non tenerlo nello sportello del frigorifero, dove la temperatura è meno costante.
Qualora il latte venisse raccolto a più riprese, il limite di conservazione (durata) si calcola a partire dal primo latte raccolto.

Il trasporto del latte materno al nido

Per il trasporto del latte materno al nido è necessario:

- posizionare il/i contenitore/i adeguatamente protetto/i in borsa termica con blocchetti o piastre refrigeranti, assicurando il trasporto a una temperatura che non superi i 4°C (particolare attenzione a questa operazione durante il periodo estivo);
- verificare di aver inserito nella borsa frigo il numero dei biberon necessari al proprio bambino nell'arco della giornata;
- controllare che ogni biberon sia chiuso e contrassegnato con un'etichetta che riporti quanto sopra specificato.

Procedura per la gestione del latte materno, somministrato ai bambini del nido d'infanzia, da parte degli OPERATORI DELLA STRUTTURA

La corretta conservazione del latte materno è fondamentale per somministrare al lattante un prodotto sicuro da un punto di vista igienico sanitario.
Il presente protocollo intende fornire indicazioni in merito alla consegna, alla conservazione e alla somministrazione del latte materno presso il nido d'infanzia.
La struttura ospitante il lattante dovrà prevedere nel Manuale di Autocontrollo una specifica procedura che descriva la gestione operativa in tutte le fasi nonché gli eventuali rischi correlati.
Nell'ambito della gestione delle procedure dovrà essere previsto un modulo di "Richiesta di somministrazione di latte materno al nido d'infanzia", sottoscritto da parte delle famiglie, nel quale sarà riportata la frequenza delle somministrazioni nonché l'assunzione della responsabilità dei genitori in merito alle modalità di conservazione, confezionamento e trasporto del latte fino alla consegna al personale incaricato presso al Nido (vedi fac-simile in calce al capitolo).
Inoltre, la famiglia dovrà provvedere alla fornitura del materiale necessario (biberon e tettarelle sterili).

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

La consegna del latte materno al nido d'infanzia

Il latte materno sarà consegnato agli operatori del nido direttamente da uno dei genitori o da chi accompagna il bambino.
Alla consegna del latte materno il personale incaricato del nido d'infanzia controllerà che:

- il latte sia stato trasportato in una borsa termica con blocchetti o piastre refrigeranti;
- il numero dei biberon consegnati corrisponda a quelli da somministrare nell'arco della giornata;
- il biberon sia di vetro (pyrex) o plastica (polipropilene);
- ogni biberon sia chiuso e contrassegnato con un'etichetta adesiva indicante: il nome del bambino, la data ultima per l'utilizzo e l'orario di somministrazione. L'etichetta dovrà essere firmata dal genitore e posizionata "a scavalco" in parte sul coperchio e in parte sul biberon, in modo da sigillarlo;
- alla consegna, l'operatore dovrà verificare la completezza e la coerenza dei dati riportati e siglare la verifica in un'apposita scheda di registrazione.

La conservazione del latte materno al nido d'infanzia

Dopo la consegna, l'operatore incaricato del nido deve:

- riporre immediatamente il latte materno nel frigorifero a temperatura da +0 a + 4°C;
- conservare i biberon in appositi contenitori di plastica, separati dagli altri alimenti qualora il frigorifero non sia dedicato in maniera esclusiva
- prevedere che il latte consegnato debba essere consumato in giornata.

La somministrazione del latte materno al nido d'infanzia

Al momento della somministrazione l'operatore incaricato del nido deve:

- lavarsi accuratamente le mani;
- controllare i dati riportati sull'etichetta (nome del lattante) e che il latte sia quello consegnato la mattina stessa dal genitore;
- accertare che l'etichetta sia integra;
- verificare che il contenitore sia integro. Se fossero presenti rotture ingiustificate, strappi o comunque segni di manomissione non si deve somministrare il latte al bimbo, ma avvisare subito la madre dell'accaduto per concordare i provvedimenti alternativi da intraprendere;
- procedere al riscaldamento, dopo averlo agitato delicatamente, tramite scalda biberon adeguatamente termostatato a 37°C o in alternativa porlo sotto acqua corrente calda per 3-4 minuti;
- svitare il coperchio del biberon ed al suo posto avvitare la tettarella sterile, facendo attenzione a non contaminare i bordi del biberon stesso e la tettarella;
- evitare di utilizzare acqua riscaldata sul fornello o il forno microonde, così da non surriscaldare eccessivamente il latte;
- eliminare il latte eventualmente rimasto dopo la poppata;
- lavare il biberon e la tettarella con detergente per stoviglie; la disinfezione/sterilizzazione sarà a cura delle famiglie.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente copia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è conservato negli archivi di Regione Piemonte

Fac-simile di modulistica "Richiesta di somministrazione di latte materno al Nido d'Infanzia"

La sottoscritta/il sottoscritto .....

nata/o il ..... a .....

residente a ..... in .....

madre/padre di ..... nata/o a ..... il .....

CHIEDE

che durante la frequenza al Nido d'Infanzia venga somministrato alla propria/o figlia/o il latte materno, fresco o scongelato:

□ a colazione □ a pranzo □ a merenda

in accordo al protocollo vigente.
La/Il sottoscritta/o dichiara di assumersi ogni responsabilità in merito alle modalità di conservazione, confezionamento e trasporto del latte fino alla consegna di questo al personale incaricato presso il Nido d'Infanzia.
Provvedo inoltre a fornire il materiale necessario (biberon e tettarelle sterili).

Data.....

Firma della madre/del padre.....

Si consiglia di trascrivere il presente modulo su Carta Intestata dell'ente (Comune o asilo nido privato).

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

ALLEGATO N. 10 - CHECK LIST NUTRIZIONALE

Intestazione Regione e logo asl

SCHEDA DI VALUTAZIONE NUTRIZIONALE DELLE MENSE SCOLASTICHE

data ___/___/_____

Personale ASL _____
Qualifica _____
Altro personale presente al sopralluogo _____
Qualifica _____

ANAGRAFICA	
Comune di	
Denominazione Struttura	
Indirizzo ufficiale	
Responsabile preparazione/somministrazione pasti	
Telefono	**e-mail**
Classificazione Struttura	□ Pubblica □ Privata □ Mista

Tipo Scuola

□ Primaria
□ Secondaria 1° grado
□ Infanzia
□ Secondaria 2° grado
□ Centro estivo
□ Comunità
□ Altro _____

GESTIONE MENSA	
□ **Gestione diretta Comune/Ente (GD)** _____	□ **Gestione appaltata a ditta (GA)** _____ Indirizzo sede operativa _____ Indirizzo mail _____

La preparazione dei pasti avviene:

□ in loco _____
□ fuori sede presso Ditta_____ Indirizzo _____ Durata trasposto minuti _____

Il pasto viene consumato: □ in classe □ in refettorio □ altro_____

Utenti totali per ciascuna delle seguenti fasce di età:

Primaria n. _____ Centro estivo _____
Secondaria 1° grado n. _____ Comunità _____
Infanzia n. _____
Secondaria 2° grado _____ Altro _____

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

CAPITOLATO

È presente un capitolato?
□ Sì □ No

Data inizio appalto _____
Data fine appalto _____

È disponibile in loco?
□ Sì □ No

Sono presenti le tabelle merceologiche?
□ Sì □ No

FORMAZIONE DEL PERSONALE

Il personale addetto ha partecipato a corsi di formazione documentati, mirati agli aspetti dietetico-nutrizionali? (alimentazione equilibrata, menu, porzioni, allergie/intolleranze...)

□ Sì □ No
se si, quali_____

MENÙ

Esiste un menù?
□ No
□ Sì, non approvato da ASL
□ Sì, approvato dal SIAN da più di 5 anni data di approvazione _____
□ Sì, approvato dal SIAN da meno di 5 anni data di approvazione _____

Il menù presente in loco riporta la vidimazione dell'ASL?
□ Sì □ No

Il menù è esposto?
□ Sì □ No

Viene data comunicazione del menù alle famiglie?
□ Sì □ No

Il menù è correttamente intestato?
□ Sì □ No

Il giorno del sopralluogo viene rispettato il menù?
□ Sì, come da approvazione
□ No, ma le differenze non sono nutrizionalmente significative
□ No, le differenze sono nutrizionalmente significative
□ per primo piatto □ per secondo piatto □ per contorno □ per frutta/dessert

La frutta del pranzo viene proposta come spuntino di metà mattina?
□ Sì □ No □ n. giorni/settimana _____
□ Sia a metà mattina che a pranzo

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

MATERIE PRIME E PREPARAZIONI ALIMENTARI

Quale tipo di olio viene usato?
per la cottura
□ extravergine
□ oliva
□ monosemi (specificare)
_____
□ semi vari/grassi idrogenati/grassi animali
(specificare) _____

Quale tipo di olio viene usato per il condimento?
□ extravergine
□ oliva
□ monosemi (specificare)
_____
□ semi vari (specificare)
_____

Viene utilizzato sale iodato?

Sale grosso □ Sì □ No

Sale fino □ Sì □ No

Viene proposto pane a ridotto contenuto di sale?

□ No □ SI □ Se sì, frequenza_____

Viene proposto pane con farine integrali o multicereali?

□ No □ SI □ Se sì, frequenza_____

Vengono utilizzate materie prime semilavorate a rischio per qualità nutrizionale e/o contenuto di sale?

Semilavorati (es. carne impanata, crocchette/bastoncini di pesce...) □ Sì □ No

Preparati per brodo □ Sì □ No

se sì, con glutammato monosodico? □ Sì □ No

Prodotti in scatola (es. frutta, legumi, verdure) □ Sì □ No

Alimenti contenenti sciroppo di glucosio-fruttosio □ Sì □ No

se no, quali _____

Formaggi con polifosfati o sali di fusione □ Sì □ No

Prodotti contenenti oli ricchi in acidi grassi saturi e/o idrogenati □ Sì □ No

se no, quali _____

presenza di prodotti con scadenza/tmc oltre termine □ Sì □ No

se si, quali_____

corretta conservazione dei prodotti □ Sì □ No

se no, quali e perché _____

corretta indicazione degli allergeni in etichetta (a campione) □ Sì □ No

se no, quali_____

presenza dei campioni testimone □ Sì □ No

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

PROCEDURA PORZIONI

Sono presenti le tabelle delle grammature distinte per fasce di età?

□ Sì □ No

È presente una gestione standardizzata delle porzioni?

□ Sì

Se sì, è presente una procedura scritta? □ Sì □ No

□ No (a colpo d'occhio)

□ No, viene servita la quantità richiesta dal bambino

Quale modalità di gestione standardizzata viene utilizzata per servire a cotto porzioni corrispondenti alla grammatura a crudo?

□ uso di utensili di dimensioni uguali per fasce d'età

□ uso di utensili con dimensioni diverse a seconda della fascia d'età

□ piatto campione

□ fotografia di un piatto campione

□ viene indicato dalla cucina il n. di pezzi da servire per comporre la porzione corretta

La modalità di standardizzazione viene utilizzata per tutte le portate?

□ Sì

□ Sì, ma solo per □ primo piatto □ secondo piatto □ per contorno

□ No

Viene data la possibilità di fare il bis?

□ Sì, ad ogni portata □ Sì a fine pasto □ No

GRADIMENTO DEI PIATTI E AVANZI

Esiste un sistema di valutazione del gradimento dei piatti?

□ Sì □ No

Specificare la modalità usata_____

È prevista una valutazione degli avanzi nei piatti degli utenti? □ Sì □ No

Se sì, quali piatti avanzano di più?

□ frutta

□ verdura

□ pesce

□ legumi

□ altro (specificare) _____

Specificare la modalità usata_____

Per le portate meno gradite, sono proposte sostituzioni equivalenti?

□ Sì □ No

Specificare le misure correttive_____

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

DIETE SPECIALI

Sono fornite diete speciali? □ Sì □ No

Sono presenti celiaci?

□ Sì □ No Quanti? _____

Sono presenti diete gravi a rischio di vita?

□ Sì □ No Quali? _____

Sono presenti i certificati medici o un elenco aggiornato delle diete speciali?

□ Sì □ No

E' presente un cartello informativo sulla presenza degli allergeni nelle preparazioni alimentari?

□ Sì □ No

E' presente una procedura per la gestione degli allergeni?

□ Sì □ No

Quale modalità viene adottata per la comunicazione scritta circa la presenza degli allergeni nelle preparazioni alimentari? _____

Le diete sono proposte in monoporzione termosigillata?

□ Sì □ No Se no, come? _____

Le diete sono correttamente identificate? □ Sì □ No

ECOSOSTENIBILITA'

Le stoviglie sono riutilizzabili?

Piatti □ Sì □ No
Bicchieri □ Sì □ No
Posate □ Sì □ No

Come viene servita l'acqua?

□ bottiglia in plastica □ boccione □ potabile in caraffa da rete idrica

Differenziazione appropriata dei rifiuti □ Sì □ No

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

VALUTAZIONE ASSAGGIO			
Tipologia piatto	**Temperatura**	**Cottura**	**Condimento (olio, sale)**
1° piatto _____	□ Caldo □ Tiepido □ Freddo _____	□ Adeguata □ Eccessiva □ Scarsa	□ Idoneo □ Eccessivo □ Scarso _____
2° piatto _____	□ Caldo □ Tiepido □ Freddo _____	□ Adeguata □ Eccessiva □ Scarsa	□ Idoneo □ Eccessivo □ Scarso _____
contorno _____	□ Caldo □ Tiepido □ Freddo _____	□ Adeguata □ Eccessiva □ Scarsa	□ Idoneo □ Eccessivo □ Scarso _____
Tipologia piatto	**Gradimento all'assaggio**	**Presentazione del piatto**	**Consumo da parte dei bambini**
1° piatto _____	□ Buono □ Sufficiente □ Scarso _____	□ Invitante □ Migliorabile _____	□ Totale □ Parziale □ Nullo _____
2° piatto _____	□ Buono □ Sufficiente □ Scarso _____	□ Invitante □ Migliorabile _____	□ Totale □ Parziale □ Nullo _____
contorno _____	□ Buono □ Sufficiente □ Scarso _____	□ Invitante □ Migliorabile _____	□ Totale □ Parziale □ Nullo _____

Note: _____

_____

_____

COMPILATORE_____

_____

_____

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
servato negli archivi di Regione Piemonte

Logo ASL

Intestazione ASL
Dipartimento della Prevenzione
S.C. Igiene degli Alimenti e della Nutrizione (SIAN)

RESOCONTO VIGILANZA NUTRIZIONALE SCUOLE
(copia del documento da lasciare alla struttura vigilata)

Durante la vigilanza effettuata in data odierna, si sono riscontrati i seguenti aspetti:

VALUTAZIONI	CRITICITA' RISCONTRATE
MENÙ	□ Nulla da segnalare □ Criticità: _____ _____ _____
MATERIE PRIME E PREPARAZIONI ALIMENTARI	□ Nulla da segnalare □ Criticità: _____ _____ _____
PROCEDURA PORZIONI	□ Nulla da segnalare □ Criticità: _____ _____ _____
DIETE SPECIALI	□ Nulla da segnalare □ Criticità: _____ _____ _____

NOTE*: _____

_____

** È possibile indicare nelle note che verrà inviata una valutazione più dettagliata via pec)*

PRESENTI ALLA VIGILANZA NUTRIZIONALE

PER IL SIAN: _____

_____

PER LA STRUTTURA: _____

_____

Data _____

Firma _____

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

Intestazione Regione e Logo ASL

SCHEDA DI VALUTAZIONE NUTRIZIONALE DELLE MENSE DEI NIDI D'INFANZIA

data ___/___/_____

Personale ASL _____
Qualifica _____
Altro personale presente al sopralluogo _____
Qualifica _____

ANAGRAFICA	
Comune di	
Denominazione Struttura	
Indirizzo ufficiale	
Responsabile preparazione/somministrazione pasti	
Telefono	**e-mail**
Classificazione struttura: □ Pubblica □ Privata □ Mista	**Tipologia:** □ Nido □ Micro nido (fino a 24 bambini)
Utenti effettivamente iscritti per ciascuna delle seguenti fasce di età: lattanti (3-12 mesi) _____ divezzi (1-3 anni) _____ Numero bambini di età inferiore a 6 mesi _____	

GESTIONE MENSA	
□ **Gestione diretta** Comune/Ente (GD) _____	□ **Gestione appaltata a ditta** (GA) Indirizzo _____
La preparazione dei pasti avviene: □ in loco □ fuori sede presso Ditta_____ Indirizzo _____ Durata trasposto minuti _____	
È presente un dietista di riferimento? □ SI, presso Comune/Ente/privato □ Si, presso Ditta appaltatrice □ NO	

CAPITOLATO		
È presente un capitolato? (nido pubblico con appalto servizio mensa) □ SI □ NO	**È disponibile in loco?** □ SI □ NO	**Per i nidi senza capitolato: sono presenti tabelle merceologiche?** □ SI □ NO
Data inizio appalto _____ **Data fine appalto** _____		
Sono presenti le tabelle merceologiche? □ SI □ NO		

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

FORMAZIONE DEL PERSONALE

Il personale addetto ha partecipato a corsi di formazione documentati, mirati agli aspetti dietetico - nutrizionali?

□ SI □ NO

MENÙ

Esiste un Menù?
□ NO
□ SI, approvato dal SIAN
□ SI, non approvato dal SIAN

Il menù è:
□ stato vistato da altri operatori sanitari (specificare)
_____
□ differenziato per fasce d'età
□ comprensivo di tabelle dietetiche
□ comprensivo di merende/spuntini

Il menù è esposto in maniera visibile?
□ NO
□ SI, se si, dove?
□ In cucina
□ In refettorio
□ Esposto al pubblico

Viene inviata copia ai genitori?
□ NO
□ SI

Oggi viene rispettato il menu? (verificare)
□ SI
□ NO (differenza nutrizionalmente significativa) _____

MATERIE PRIME E PREPARAZIONI ALIMENTARI

Viene utilizzato latte di proseguimento?
□ NO □ SI □ Fino a quale età_____

Latte vaccino e yogurt utilizzati sono interi?
□ SI □ NO

Quale tipo di olio viene usato per condire?
□ E.V.O □ Oliva □ Monoseme □ Semi vari

Quale tipo di olio viene usato per la cottura?
□ E.V.O □ Oliva □ Monoseme □ Semi vari

Quali alimenti per la prima infanzia vengono utilizzati?
□ Omogeneizzati/liofilizzati □ Creme ai cereali □ Biscotti granulari □ Formaggini
□ Altro specificare _____

Sono utilizzati alimenti sconsigliati sotto l'anno? (miele, tè, tisane, latte vaccino, uovo intero)
□ SI □ NO

Sono presenti succhi di frutta?
□ SI □ NO

Sono presenti tisane e/o tè solubili e/o in tetrapack?
□ SI □ NO

Sono presenti alimenti contenenti sciroppo di glucosio-fruttosio?
□ SI □ NO

Viene limitato l'utilizzo di sale sotto l'anno di età?
□ SI □ NO

Viene fornito/utilizzato anche sale iodato?
□ SI □ NO

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

PROCEDURA PORZIONI

Esistono delle procedure codificate per servire porzioni corrispondenti alla grammatura a crudo da capitolato/parere?

□ SI □ NO □ Per i primi piatti □ Per i secondi piatti
□ Per i contorni

Se si, quale?

□ a colpo d'occhio da parte degli addetti mensa
□ uso di utensili con dimensioni diverse a seconda delle fasce d'età (es. pinza, cucchiaio)
□ piatto campione *(pesare una quantità standard prima della cottura e disporla a cotto su di un piatto che sarà utilizzato dagli addetti mensa come modello per porzionare oppure pesare a cotto una quantità corrispondente alla grammatura di capitolato sulla base di tabelle di conversione cotto/crudo e disporla a cotto su di un piatto che sarà utilizzato dagli addetti mensa come modello per porzionare)*
□ fotografia di un piatto campione *(fotografia di un piatto campione precedentemente preparato e consegnato agli addetti mensa come modello di corretta porzione)*
□ altro, specificare _____

Come è organizzata la distribuzione dei pasti in mensa?

□ viene data a tutti i bambini la stessa quantità di cibo senza la possibilità di fare il bis
□ viene data a tutti i bambini la stessa quantità di cibo con la possibilità di fare il bis
□ viene data a tutti i bambini una quantità di cibo minore rispetto alle indicazioni del capitolato per poi dare la possibilità di fare il bis a chi lo desidera
□ viene data ai bambini più grandi e/o ai più affamati una quantità maggiore di cibo
□ viene chiesta ai bambini la quantità che preferiscono
□ altro, specificare _____

Verifica delle grammature delle portate:

□ primo piatto adeguato (specificare grammatura rilevata a cotto _____ e prevista a crudo _____)
□ secondo piatto adeguato
□ contorno adeguato
□ frutta adeguata
□ merenda adeguata
Note: _____

GRADIMENTO DEI PIATTI E AVANZI

È prevista una valutazione della soddisfazione e delle aspettative degli utenti?

□ SI □ NO

È prevista una valutazione degli avanzi?

□ SI □ NO

Quali sono le portate che avanzano di più?

□ Frutta □ Verdura □ Pesce □ Legumi
□ Altro, specificare _____

La frutta viene proposta prima del pasto?

□ SI □ NO

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

DIETE SPECIALI

Sono presenti diete speciali?

□ SI □ NO

Quale tipologia di diete speciali sono presenti?

□ Celiachia n. _____ □ Favismo n. _____ □ Allergia/intolleranza monocomponente n. _____

□ Altra patologia, specificare _____

□ Etico religiose, specificare _____

□ Latto-ovo-vegetariane n. _____

Sono presenti i menù per le diete speciali in forma scritta con indicazione delle variazioni?

□ SI □ NO (acquisire e confrontare con eventuali menù agli atti)

ALLATTAMENTO

Quanti bambini iscritti al nido sono ancora allattati al seno? _____

Specificare età in mesi _____

Viene data la possibilità di portare al nido il latte materno?

□ SI □ NO

Il latte materno viene conservato in modo adeguato?

□ SI □ NO

Il latte materno viene riscaldato in modo adeguato?

□ SI □ NO

Il latte formulato o di proseguimento viene preparato in modo adeguato?

□ SI □ NO

È presente uno spazio tranquillo per consentire l'allattamento al seno se richiesto?

□ SI □ NO

ECOSOSTENIBILITA'

Le stoviglie utilizzate sono:

□ Riutilizzabili (metallo/ceramica/vetro/plastica) □ Monouso temporaneo □ Monouso sempre

Come viene servita l'acqua? □ bottiglia in plastica □ boccione □ potabile in caraffa da rete idrica

Differenziazione appropriata dei rifiuti □ SI □ NO

Note: _____

_____

_____

COMPILATORE_____

_____

_____

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
servato negli archivi di Regione Piemonte

Logo ASL

Intestazione ASL
Dipartimento della Prevenzione
S.C. Igiene degli Alimenti e della Nutrizione (SIAN)

RESOCONTO VIGILANZA NUTRIZIONALE ASILI NIDO
(copia del documento da lasciare alla struttura vigilata)

Durante la vigilanza effettuata in data odierna, si sono riscontrati i seguenti aspetti:

VALUTAZIONI	CRITICITA' RISCONTRATE
MENÙ	□ Nulla da segnalare □ Criticità: _____ _____ _____
MATERIE PRIME E PREPARAZIONI ALIMENTARI	□ Nulla da segnalare □ Criticità: _____ _____ _____
PROCEDURA PORZIONI	□ Nulla da segnalare □ Criticità: _____ _____ _____
DIETE SPECIALI	□ Nulla da segnalare □ Criticità: _____ _____ _____

NOTE*: _____

_____

** È possibile indicare nelle note che verrà inviata una valutazione più dettagliata via pec)*

PRESENTI ALLA VIGILANZA NUTRIZIONALE

PER IL SIAN: _____

_____

PER LA STRUTTURA: _____

_____

Data _____ **Firma** _____

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
stituito da 1 pagine
Regione Piemonte

ALLEGATO N. 11 – Sicurezza alimentare e autocontrollo

CONTROLLI UFFICIALI E RIFERIMENTI NORMATIVI

I controlli ufficiali, eseguiti secondo il Regolamento UE n. 625/2017, vengono espletati al fine di verificare il rispetto della normativa in materia di sicurezza alimentare, di cui fa anche parte il cosiddetto "pacchetto igiene".
Il pacchetto igiene è formato da 4 Regolamenti principali relativi all'igiene degli alimenti cui si sono aggiunti in seguito altri regolamenti relativi ad aspetti più specifici, andando a costituire nel complesso un insieme coordinato di norme tra loro correlate. I regolamenti che interessano direttamente l'operatore del settore alimentare (OSA) sono:

- Il regolamento Ce n. 178/2002 che stabilisce i criteri generali della legislazione alimentare e che costituisce il punto di riferimento dei successivi regolamenti;
- Il regolamento CE n. 852/2004 che fissa gli obblighi da rispettare per tutti gli operatori del settore alimentare;
- Il regolamento CE n. 853/2004 che fissa gli obblighi aggiuntivi specifici per gli operatori del settore degli alimenti di origine animale.

A questi si aggiungono alcuni regolamenti di attuazione di aspetti tecnici particolari: 2073/2005, 2074/2005, 2075/2005, 2076/2005.

Attività di controllo ufficiale

Le attività di controllo si occupano della verifica degli aspetti igienico-sanitari relativi alla sicurezza alimentare in tutte le fasi:

- produzione
- lavorazione
- confezionamento
- distribuzione
- deposito
- vendita
- somministrazione.

I Servizi SIAN del Dipartimento di Prevenzione dell'ASL territorialmente competente, nell'ambito dell'attività del controllo ufficiale all'interno della Regione Piemonte, esercitano, secondo le modalità previste Reg UE 2017/625, l'attività di controllo sulle realtà di ristorazione collettiva scolastica.
Il controllo viene effettuato sull'igiene dei locali, delle attrezzature, del personale, degli alimenti nelle diverse modalità e procedure messe in atto in tutte le fasi di realizzazione del servizio mensa.
I controlli ufficiali, nel settore della ristorazione, vengono pianificati annualmente da ciascuna ASL, sulla base delle indicazioni fornite dalla Regione con il Piano Regionale di Programmazione e Coordinamento degli interventi in materia di vigilanza degli alimenti e delle bevande.
In accordo con quanto indicato dal REG. UE 2017/625 all'art. 14, "I metodi e le tecniche dei controlli ufficiali" comprendono all'interno della ristorazione scolastica l'esame dei controlli applicati dagli operatori nel rispetto delle procedure HACCP e dei risultati così ottenuti;
Le attività del controllo ufficiale sono dirette a verificare nell'ambito della ristorazione collettiva come in tutte le imprese alimentari i seguenti requisiti:

- La notifica dell'attività: completezza della documentazione e rispondenza alla realtà oggetto di controllo (deve essere trasmessa notifica di qualsiasi cambiamento significativo ad es.: cambio di titolarità, variazione della tipologia o cessazione di attività). L'impresa

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

alimentare prima di notificarsi deve possedere i necessari requisiti igienico-strutturali e rispettare le norme in materia urbanistica, edilizia, impiantistica e commerciale;
- le condizioni igienico strutturali dei locali, i relativi impieghi degli impianti, delle attrezzature, degli utensili, dei locali e delle strutture e il loro stato manutentivo e le relative procedure;
- le condizioni di stoccaggio e conservazione delle materie prime, il controllo delle temperature, gli ingredienti, i coadiuvanti ed ogni altro prodotto utilizzato nella produzione e nella preparazione per il consumo;
- prodotti e procedimenti di pulizia e di manutenzione dei locali e le relative procedure basate sui principi dell'HACCP;
- materiali di imballaggio compresi materiali destinati a venire a contatto con alimenti MOCA e le relative procedure basate sui principi dell'HACCP;
- la valutazione delle procedure in materia di Rintracciabilità, Pulizia e corrette prassi igieniche, di rintracciabilità, di gestione degli allergeni, di formazione del personale e delle procedure basate sui principi dell'analisi dei rischi e dei punti critici di controllo (HACCP);
- l'esame di documenti, dati sulla tracciabilità e altri dati che possano essere pertinenti per la valutazione della conformità alla normativa compresi, se del caso, documenti di accompagnamento degli alimenti, di qualsiasi sostanza o materiale che entra o esce dall'attività di ristorazione scolastica;
- la verifica delle misure rilevate dall'operatore e degli altri risultati di prove;
- campionamento in autocontrollo, analisi, diagnosi e prove di efficacia;
- audit interni degli operatori;
- qualsiasi altra attività necessaria per assicurare la conformità alla normativa.

Riferimenti Normativi:

- Reg. UE 852/04 sull'igiene dei prodotti alimentari;
- Reg CE 853/04 che stabilisce norme specifiche in materia di igiene per gli alimenti di origine animale;
- Reg UE 2017/625 relativo ai controlli ufficiali e alle altre attività ufficiali.
- Reg. CE 178/02 che stabilisce i principi e i requisiti generali della legislazione alimentare, istituisce l'Autorità europea per la sicurezza alimentare e fissa procedure nel campo della sicurezza alimentare
- Accordo Stato-Regioni CSR 212 del 10 novembre 2016
- Piano Regionale Integrato dei Controlli di Sicurezza Alimentare (PRISA) della Regione Piemonte - D.D. Regione Piemonte 25 Marzo 2022, n. 507
- D. Lgs 27/2021 Disposizioni per l'adeguamento della normativa nazionale alle disposizioni del regolamento (UE) 2017/625 ai sensi dell'articolo 12, lettere a), b), c), d) ed e) della legge 4 ottobre 2019, n. 117
- Legge di conversione 21 maggio 2021, n. 71 del Decreto Legge 22/03/2021, n. 42 recante misure urgenti sulla disciplina sanzionatoria in materia di sicurezza alimentare (G.U. Serie generale n.121 del 22/05/2021);
- Decreto Legge 24/06/2014, n. 91 cd. "Campolibero" convertito dalla Legge 11/08/2014, n. 116 (G.U. Serie generale n. 192 del 20/08/2014 – Supplemento Ordinario n. 72);
- Regione Piemonte Nota prot. n. 29613/A1400A del 13/08/2021 "Indicazione applicazioni istituto della diffida"
- Regolamento UE 1169/2011- Informazioni sugli alimenti ai consumatori
- Decreto legge 231/2017 – Attuazione delle direttive del regolamento UE 1169/2011
- Reg CE n. 2073/2005 - Criteri microbiologici di sicurezza alimentare

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi della Regione Piemonte

- D.lgs 18/2023 - Qualità delle acque destinate al consumo umano
- Regolamento (CE) n. 1935/2004 - quadro normativo UE armonizzato che fissa i principi generali di sicurezza e di inerzia per l'utilizzo dei MOCA
- Regolamento (UE) n. 231/2012 della Commissione, del 9 marzo 2012, che stabilisce le specifiche degli additivi alimentari elencati negli allegati II e III del regolamento (CE) n. 1333/2008 del Parlamento europeo e del Consiglio
- DGR n. 28-5718 del 2 ottobre 2017 - Adozione di moduli unificati e standardizzati per la presentazione delle segnalazioni, comunicazioni e istanze. Aggiornamento della DGR 14.11.2012, n. 16-4910 relativa all'applicazione del Reg. (CE) n. 852/2004 in materia di sicurezza alimentare.
- DPR 327/ 80 Regolamento di esecuzione della Legge 30 aprile 1962, n.283, e successive modificazioni con indicazione delle corrette temperature di conservazione degli alimenti

PIANO DI AUTOCONTROLLO

Al pari di qualunque altro Operatore del Settore Alimentare, il gestore del servizio di ristorazione scolastica deve progettare, predisporre ed implementare un Sistema di Gestione della Sicurezza Alimentare (Piano di Autocontrollo igienico-sanitario) basato sulle Buone Pratiche Igieniche e di Lavorazione (GHP-GMP) e sviluppato secondo il sistema HACCP (Codex Alimentarius CXC 1-1969), per la prevenzione dei rischi per la salute correlati con il consumo dei pasti in mensa.

Sistema di Gestione della Sicurezza Alimentare – Procedure Generali

Il Sistema di Gestione della Sicurezza Alimentare dovrà essere adeguatamente descritto in apposito documento (es. Manuale di Autocontrollo), che dovrà essere reso disponibile sia presso i centri di cottura che presso i terminali di distribuzione. Analogamente dovrà essere presente tutta la documentazione di supporto, rappresentata da documenti di origine esterna (es. Dichiarazioni di Conformità MOCA, schede tecniche e di sicurezza dei prodotti impiegati, ecc.) e documenti di origine interna (es. registrazione controlli, rintracciabilità, ecc.).

Procedure specifiche

Oltre ai requisiti generali descritti nel punto precedente, si richiamano di seguito alcuni adempimenti specifici, peculiari per il settore della Ristorazione Collettiva.

Pulizia e sanificazione

Considerata la complessità del ciclo produttivo per la preparazione di pasti in ristorazione collettiva, ogni misura dovrà essere intrapresa al fine di garantire l'efficacia della procedura e prevenire il rischio di contaminazioni chimiche dei prodotti alimentari, quali ad esempio:

- Segregazione e identificazione dei prodotti detergenti e sanificanti;
- Impiego esclusivo dei prodotti chimici approvati nel Manuale di Autocontrollo;
- Separazione tassativa delle operazioni di preparazione pasti dalle operazioni di pulizia.

Gestione delle temperature

Specifiche procedure per la gestione e la verifica delle idonee temperature dovranno riguardare le seguenti fasi del processo:

- Ricevimento merci deperibili;

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi della Regione Piemonte

- Stoccaggio;
- Scongelamento;
- Cottura;
- Abbattimento/riscaldamento;
- Mantenimento (caldo e freddo) per la somministrazione.

Gestione allergeni

La gestione del rischio di contaminazione crociata da sostanze allergeniche dovrà essere descritta in apposita procedura che tenga conto almeno di:

- Ricevimento/movimentazione/stoccaggio materie prime;
- Preparazione diete speciali;
- Preparazione pasti ordinari;
- Mantenimento e somministrazione;
- Istruzioni per il personale (es. identificazione e segregazione dei prodotti, gestione superfici e attrezzature, indumenti protettivi e sanificazione di mani e superfici).

Per supportare l'elaborazione e l'implementazione della procedura descritta, si rimanda ai paragrafi relative alla gestione delle Diete Speciali nelle mense scolastiche.

Formazione del personale

La formazione del personale, documentata e verificabile, dovrà ricomprendere tutte le misure di controllo applicabili alle mansioni svolte. Il personale operante dovrà inoltre essere opportunamente addestrato a gestire eventuali interazioni con soggetti esterni (es. richieste di informazioni da parte dei consumatori; verifiche ispettive da parte di controllori incaricati).

Rintracciabilità

Il sistema di rintracciabilità dovrà soddisfare i requisiti previsti dal Regolamento CE n. 178/2002. Il sistema di rintracciabilità dovrà essere opportunamente documentato e sottoposto a regolari test di efficacia.

Materiali e Oggetti destinati al Contatto con gli Alimenti (MOCA)

Tutti i materiali e oggetti destinati a venire in contatto con i prodotti alimentari dovranno essere idonei all'uso previsto. A tal fine è richiesto che, di tutti i materiali impiegati, la ditta disponga delle opportune Dichiarazioni di Conformità, redatte dal produttore ai sensi del Regolamento CE n. 1935/2004. Tali dichiarazioni dovranno essere sempre disponibili presso i centri di cottura e dovranno poter essere trasmesse, all'occorrenza, anche presso i terminali di distribuzione.

Potabilità delle acque

La procedura di controllo della potabilità delle acque destinate al consumo umano dovrà soddisfare i requisiti previsti dal Dlgs n. 18/2023. Dovranno essere definite misure di gestione e programmi di verifica (analisi periodiche) che ricomprendano tutti i possibili punti di erogazione presso i quali sia presumibile il consumo da parte degli utenti (es. lavelli cucina, rubinetti dei servizi igienici, erogatori/purificatori/gasatori eventualmente installati).
Relativamente alla possibile presenza di *apparecchiature per il trattamento dell'acqua potabile*, si ricorda che è opportuno che nel Piano di Autocontrollo sia presente una specifica procedura per la gestione delle operazioni di sanificazione e manutenzione di tali apparecchi. Tale procedura

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente copia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è conservato negli archivi di Regione Piemonte

dovrà essere regolarmente sottoposta a verifica anche mediante analisi microbiologiche e chimiche dell'acqua erogata.

Campioni rappresentativi del pasto (pasti testimone)

E' opportuno effettuare, così come previsto dalla Nota della Regione Piemonte (Protocollo n. 28079 del 26.10.2011) per la ristorazione collettiva, la campionatura giornaliera degli alimenti, per supportare l'efficacia dell'indagine epidemiologica in caso di sintomatologia collettiva riferibile a sospetta tossinfezione alimentare e garantire la rintracciabilità dei prodotti consumati nei giorni precedenti l'insorgenza dei sintomi.
In ogni unità di produzione deve essere conservato un campione rappresentativo dei pasti del giorno di almeno 150 grammi ciascuno. In particolare, devono essere prelevati gli alimenti che hanno subito un processo di trasformazione in loco, cotti e non.
La campionatura può essere limitata ai soli pasti ordinari, mentre è facoltà della Ditta stabilire se conservare analoghe campionature anche per i pasti speciali e le diete.
Ciascun campione deve essere conservato separatamente in idonei contenitori "possibilmente" sterili, chiusi, riportanti la data e il nome dell'alimento contenuto, a temperature non superiori a +4°C per un periodo non inferiore a 72 ore.
Il campione deve essere rappresentativo di ogni produzione, deve cioè rappresentare gli alimenti ottenuti attraverso un processo di preparazione praticamente identico.
Il prelevamento del campione deve essere effettuato con le regole dell'asepsi, a cura di personale responsabilizzato circa tali procedure di prelievo e conservazione, la cui corretta gestione è di cruciale importanza per l'accertamento delle cause e delle responsabilità in occasione di episodi tossinfettivi.
È facoltà della ditta appaltante conservare un analogo campione in condizioni di congelamento.
Di seguito è esposto un esempio di Istruzione Operativa per la gestione della campionatura dei pasti.
La ditta che prepara i pasti, deve seguire le seguenti fasi:

- Fase di prelievo, durante la quale i pasti testimoni:
  - devono essere raccolti al termine del ciclo di preparazione;
  - devono essere rappresentativi di ogni produzione;
  - devono essere in quantità sufficiente per l'eventuale esecuzione di analisi (almeno 150 g)

  Fase di conservazione, durante la quale i pasti testimoni:
  - devono essere conservati in idonei contenitori ermeticamente chiusi e riportanti un'etichetta con le indicazioni dell'ora e del giorno dell'inizio della conservazione e della denominazione del prodotto;
  - un'aliquota DEVE esser conservata a temperatura di refrigerazione (0 - +4°C);
  - un'aliquota PUÒ esser conservata a temperatura di congelamento (< -18°C);
  - tutte le aliquote devono essere conservate per almeno 72 ore dal momento della preparazione;
  - se lo ritiene opportuno la ditta può prolungare la conservazione del campione refrigerato congelandolo dopo che siano trascorse le 72h e conservandolo per un tempo appropriato (indicativamente altre 72h).

Per la corretta gestione delle sopra citate fasi è importante che ogni ditta individui il responsabile operativo.

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

ALLEGATO N. 12– LINEE DI INDIRIZZO PER LA PREVENZIONE DEL SOFFOCAMENTO DA CIBO

https://www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_2618_allegato.pdf

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

A cura della Commissione regionale Nutrizione
Direzione Sanità
Settore Prevenzione, Sanità Pubblica, Veterinaria e Sicurezza Alimentare

r_piemon - Rep. DD-A14 23/04/2024.0000286.I Copia conforme dell'originale sottoscritto digitalmente da BARTOLOMEO GRIGLIO La presente c
opia informatica è conforme al documento originale ai sensi dell'art 22 del D.Lgs. n. 82/2005. Il corrispondente documento cartaceo è co
nservato negli archivi di Regione Piemonte

Finito di stampare nel mese di Marzo 2024

Progettazione grafica e Stampa: CENTRO STAMPA REGIONE PIEMONTE