

**COMUNE DI MENDICINO A.S. 2023/2024**  
**MENU' SCUOLA PRIMARIA (PRIMAVERA/AUTUNNO)**  
**MOTIVI ETICO-RELIGIOSI – NO CARNE E NO PESCE**

PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA
<p><b>LUNEDÌ</b></p> <p>Pasta al pomodoro                      Bocconcini di mozzarella                      Insalata di pomodori/Insalata mista/**Spinaci saltati                      Panino                      ***Yogurt alla frutta</p>	<p><b>LUNEDÌ</b></p> <p>Risotto in bianco con latte e formaggi al forno                      Hamburger di legumi (lenticchie o fagioli o ceci)/ Polpette di ricotta al sugo                      **Bietola saltata                      Panino                      Frutta di stagione</p>
<p><b>MARTEDÌ</b></p> <p>**Minestrone con pasta                      Hamburger di legumi (lenticchie o fagioli o ceci)/ Polpette di ricotta al sugo                      Patate al forno                      Panino                      Frutta di stagione</p>	<p><b>MARTEDÌ</b></p> <p>Trancio di pizza margherita                      Bocconcini di mozzarella                      Insalata di pomodori/Insalata mista                      Panino                      Frutta di stagione</p>
<p><b>MERCOLEDÌ</b></p> <p>Risotto alla crema di **zucchine                      Frittata al forno con caciocavallo                      **Fagiolini saltati                      Panino                      Frutta di stagione</p>	<p><b>MERCOLEDÌ</b></p> <p>**Minestrone con pasta                      Uovo in purgatorio                      **Piselli in umido                      Panino                      ***Yogurt alla frutta</p>
<p><b>GIOVEDÌ</b></p> <p>Pasta e fagioli                      Tortino** di verdure al forno                      **Zucchine saltate o ad insalata                      Panino                      Frutta di stagione</p>	<p><b>GIOVEDÌ</b></p> <p>Pasta e patate al pomodoro                      Frittata al forno con caciocavallo                      **Fagiolini saltati                      Panino                      Frutta di stagione</p>
<p><b>VENERDÌ</b></p> <p>Pasta al pomodoro                      Bastoncini** di verdure al forno e bocconcini di mozzarella                      **Bietola al burro o saltata                      Panino                      Frutta di stagione</p>	<p><b>VENERDÌ</b></p> <p>Pasta e **piselli                      Bastoncini** di verdure al forno                      **Spinaci saltati                      Panino                      Frutta di stagione</p>

**\*\*Prodotto fresco o surgelato \*\*\*privo di pezzi, no kiwi**

**Le preparazioni presenti nel menù possono contenere ingredienti considerati allergeni e provocare allergie o intolleranze in soggetti sensibili – Allegato II Reg. UE n. 1169/2011**

02/09/23



**COMUNE DI MENDICINO A.S. 2023/2024**  
**MENU' SCUOLA PRIMARIA (PRIMAVERA/AUTUNNO)**  
**MOTIVI ETICO-RELIGIOSI – NO CARNE E NO PESCE**

TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
<p><b>LUNEDÌ</b></p> <p>Riso al pomodoro            Parmigiano            Insalata di pomodori o insalata verde/ <b>**Bieta</b>            saltata            Panino            Frutta di stagione</p>	<p><b>LUNEDÌ</b></p> <p>Pasta al pomodoro            Uovo in purgatorio  <b>**Piselli e **carote in umido</b>            Panino            Frutta di stagione</p>
<p><b>MARTEDÌ</b></p> <p>Pasta con ragù di <b>**verdure</b>            Uovo in purgatorio  <b>**Piselli in umido</b>            Panino  <b>***Yogurt alla frutta</b></p>	<p><b>MARTEDÌ</b></p> <p>Pasta e lenticchie            Bastoncini<b>** di verdure al forno</b>            Patate al forno            Panino            Frutta di stagione</p>
<p><b>MERCOLEDÌ</b></p> <p>Pasta e lenticchie            Frittata al forno con caciocavallo  <b>**Zucchine saltate o ad insalata</b>            Panino            Frutta di stagione</p>	<p><b>MERCOLEDÌ</b></p> <p>Riso al pomodoro            Hamburger di legumi (lenticchie o fagioli o            ceci)/ Polpette di ricotta al sugo  <b>**Spinaci saltati/**Fagiolini saltati</b>            Panino            Frutta di stagione</p>
<p><b>GIOVEDÌ</b></p> <p>Pasta alla crema di <b>**zucchine</b>            Hamburger di legumi (lenticchie o fagioli o            ceci)/ Polpette di ricotta al sugo            Purè di patate/<b>**Fagiolini saltati</b>            Panino            Frutta di stagione</p>	<p><b>GIOVEDÌ</b></p> <p>Trancio di pizza margherita            Bocconcini di mozzarella            Insalata di pomodori/Insalata verde            Panino            Frutta di stagione</p>
<p><b>VENERDÌ</b></p> <p>Pasta fresca al pomodoro            Bastoncini<b>** di verdure al forno e bocconcini di</b>            mozzarella  <b>**Spinaci al burro o saltati/Insalata mista</b>            Panino            Frutta di stagione</p>	<p><b>VENERDÌ</b></p> <p>Pasta e fagioli            Frittata al forno con ricotta o caciocavallo  <b>**Spinaci saltati</b>            Panino  <b>***Yogurt alla frutta</b></p>

**\*\*Prodotto fresco o surgelato \*\*\*privo di pezzi, no kiwi**

**Le preparazioni presenti nel menù possono contenere ingredienti considerati allergeni e provocare allergie o intolleranze in soggetti sensibili – Allegato II Reg. UE n. 1169/2011**

02/09/23



**COMUNE DI MENDICINO A.S. 2023/2024**  
**MENU' SCUOLA PRIMARIA (INVERNALE)**  
**MOTIVI ETICO-RELIGIOSI – NO CARNE E NO PESCE**

PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA
<p><b>LUNEDÌ</b></p> <p>Risotto con crema di zucca            Bocconcini di mozzarella            **Fagiolini saltati            Panino            ***Yogurt alla frutta</p>	<p><b>LUNEDÌ</b></p> <p>Pasta con **ragù di verdure            Frittata al forno con caciocavallo            Insalata mista            Panino            Frutta di stagione</p>
<p><b>MARTEDÌ</b></p> <p>Pasta con **minestrone            Hamburger di legumi (lenticchie o fagioli o ceci)/ Polpette di ricotta al sugo            Patate al forno            Panino            Frutta di stagione</p>	<p><b>MARTEDÌ</b></p> <p>Riso al pomodoro            Polpette di ricotta al sugo            **Piselli in umido            Panino            Frutta di stagione</p>
<p><b>MERCOLEDÌ</b></p> <p>Pasta al pomodoro            Frittata al forno con caciocavallo            **Spinaci saltati            Panino            Frutta di stagione</p>	<p><b>MERCOLEDÌ</b></p> <p>Pasta con fagioli            Bastoncini** di verdure al forno            **Spinaci saltati o al burro            Panino            ***Yogurt alla frutta</p>
<p><b>GIOVEDÌ</b></p> <p>Pasta alla crema di **zucchine            Polpette di ricotta al sugo            **Piselli in umido            Panino            Frutta di stagione</p>	<p><b>GIOVEDÌ</b></p> <p>Trancio di pizza margherita            Bocconcini di mozzarella            Insalata mista            Panino            Frutta di stagione</p>
<p><b>VENERDÌ</b></p> <p>Pasta e ceci            Bastoncini** di verdure al forno            **Spinaci saltati/Insalata mista            Panino            Frutta di stagione</p>	<p><b>VENERDÌ</b></p> <p>Spuma di patate senza prosciutto cotto s.p.            Tortino** di verdure al forno            **Fagiolini saltati o ad insalata            Panino            Frutta di stagione</p>

**\*\*Prodotto fresco o surgelato      \*\*\*privo di pezzi, no kiwi**

**Le preparazioni presenti nel menù possono contenere ingredienti considerati allergeni e provocare allergie o intolleranze in soggetti sensibili – Allegato II Reg. UE n. 1169/2011**

02/01/23



**COMUNE DI MENDICINO A.S. 2023/2024**  
**MENU' SCUOLA PRIMARIA (INVERNALE)**  
**MOTIVI ETICO-RELIGIOSI – NO CARNE E NO PESCE**

TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
<p><b>LUNEDÌ</b></p> <p>Risotto con crema di **zucchine o di zucca            Parmigiano            **Fagiolini saltati            Panino            ***Yogurt alla frutta</p>	<p><b>LUNEDÌ</b></p> <p>Riso al pomodoro            **Piselli e **carote in umido            ** Fagiolini saltati            Panino            Frutta di stagione</p>
<p><b>MARTEDÌ</b></p> <p>Pasta fresca al pomodoro            Frittata al forno con parmigiano            **Bietola saltata            Panino            Frutta di stagione</p>	<p><b>MARTEDÌ</b></p> <p>Pasta e **piselli            Polpette di ricotta al forno            **Bietola saltata            Panino            Frutta di stagione</p>
<p><b>MERCOLEDÌ</b></p> <p>**Minestrone con pasta            Tortino** di verdure al forno            Patate al forno            Panino            Frutta di stagione</p>	<p><b>MERCOLEDÌ</b></p> <p>Spuma di patate senza prosciutto cotto s.p./Pasta al pomodoro            **Bastoncini di verdure al forno            Insalata mista            Panino            ***Yogurt alla frutta</p>
<p><b>GIOVEDÌ</b></p> <p>Pasta e lenticchie            Polpette di ricotta al sugo            **Piselli in umido            Panino            Frutta di stagione</p>	<p><b>GIOVEDÌ</b></p> <p>Trancio di pizza margherita            Bocconcini di mozzarella            **Fagiolini saltati            Panino            Frutta di stagione</p>
<p><b>VENERDÌ</b></p> <p>Risotto in bianco con latte e robiola al forno            **Bastoncini di verdure al forno            **Spinaci saltati o al burro            Panino            Frutta di stagione</p>	<p><b>VENERDÌ</b></p> <p>Pasta e fagioli            Frittata al forno con parmigiano            **Zucchine gratinate            Panino            Frutta di stagione</p>

**\*\*Prodotto fresco o surgelato    \*\*\*privo di pezzi, no kiwi**

**Le preparazioni presenti nel menù possono contenere ingredienti considerati allergeni e provocare allergie o intolleranze in soggetti sensibili – Allegato II Reg. UE n. 1169/2011**

02/01/23



**TABELLA DIETETICA E GRAMMATURE PER FASCE SCOLASTICHE  
COMUNE DI MENDICINO - ANNO SCOLASTICO 2023/2024  
MOTIVI ETICO-RELIGIOSI – NO CARNE E NO PESCE**

PRIMI PIATTI (AUTUNNALI, INVERNALI, PRIMAVERILI)	QUANTITA' PER:		PRIMI PIATTI (AUTUNNALI, INVERNALI, PRIMAVERILI)	QUANTITA' PER:	
		BAMBINI PRIMARIA			BAMBINI PRIMARIA
<b><u>PASTA O RISO AL POMODORO:</u></b> Pasta Riso Pomodori pelati Olio extra vergine di oliva Parmigiano o grana Sale iodato		Gr. 70 Gr. 60 Gr. 40 Gr. 5 Gr. 5 q.b.	<b><u>RISOTTO CON CREMA DI ZUCCA O **ZUCCHINE:</u></b> Riso Zucca fresca **Zucchine Pomodori pelati Olio extra vergine di oliva Parmigiano o grana Sale iodato		Gr. 60 Gr. 50 Gr. 50 Gr. 40 Gr. 5 Gr. 5 q.b.
<b><u>PASTA ALLA CREMA DI **ZUCCHINE:</u></b> Pasta **Zucchine Pomodori pelati Olio extra vergine di oliva Parmigiano o grana Sale iodato		Gr. 60 Gr. 50 Gr. 35 Gr. 5 Gr. 5 q.b.	<b><u>PASTA CON RAGU' DI **VERDURE:</u></b> Pasta **Verdure miste Olio extra vergine di oliva Sale iodato		Gr. 60 Gr. 70 Gr. 5 q.b.
<b><u>PASTA E LENTICCHIE:</u></b> Pasta Lenticchie secche Pomodori pelati Olio extra vergine di oliva Sale iodato		Gr. 40 Gr. 30 Gr. 15 Gr. 5 q.b.	<b><u>PASTA E CECI:</u></b> Pasta Ceci secchi Olio extra vergine di oliva Sale iodato		Gr. 40 Gr. 30 Gr. 5 q.b.
<b><u>SPUMA DI PATATE AL FORNO:</u></b> Latte UHT Fiocchi di patate o patate fresche Burro Parmigiano o grana Uova ogni 10 porzioni Caciocavallo Sale iodato		ml. 35 Gr. 35 (gr. 70) Gr. 5 Gr. 5 N° 1 Gr. 15 q.b.	<b><u>**MINISTRONE CON PASTA:</u></b> Pasta ** Minestrone Patate fresche Pomodori pelati Olio extra vergine di oliva Sale iodato		Gr. 40 Gr. 45 Gr. 30 Gr. 15 Gr. 5 q.b.
<b><u>PASTA CON FAGIOLI:</u></b> Pasta Fagioli secchi Pomodori pelati Olio extra vergine di oliva Sale iodato		Gr. 40 Gr. 30 Gr. 15 Gr. 5 q.b.	<b><u>PASTA FRESCA AL POMODORO:</u></b> Pasta fresca Pomodori pelati Olio extra vergine di oliva Parmigiano o grana Sale iodato		Gr. 90 Gr. 35 Gr. 5 Gr. 5 q.b.
<b><u>PASTA E PATATE AL POMODORO:</u></b> Pasta Patate fresche Pomodori pelati Olio extra vergine di oliva Parmigiano o grana Sale iodato		Gr. 60 Gr. 40 Gr. 15 Gr. 5 Gr. 5 q.b.	<b><u>PASTA CON **PISELLI:</u></b> Pasta **Piselli Olio extra vergine di oliva Pomodori pelati Sale iodato		Gr. 40 Gr. 50 Gr. 5 Gr. 15 q.b.
<b><u>RISOTTO IN BIANCO CON LATTE E ROBIOLA AL FORNO:</u></b> Riso Latte UHT Robiola Olio extra vergine di oliva Parmigiano o grana Sale iodato		Gr. 60 ml. 35 Gr. 20 Gr. 5 Gr. 5 q.b.	<b><u>TRANCIO DI PIZZA MARGHERITA:</u></b> Farina Lievito di birra Sale iodato Origano Pomodori pelati Olio extra vergine di oliva Caciocavallo		Gr. 200 PZ  q.b. q.b. q.b. q.b. Gr. 50

02/01/24



<b>**** LASAGNE AL FORNO:</b> Lasagne all'uovo Pomodori pelati Caciocavallo Olio extra vergine di oliva Parmigiano o grana Sale iodato		Gr. 60 Gr. 65 Gr. 20 Gr. 5 Gr. 5 q.b.	<b>**** PASTA "CHINA" AL FORNO:</b> Pasta Pomodori pelati Caciocavallo Uova sode ogni 5 porzioni Olio extra vergine di oliva Parmigiano o grana Sale iodato		Gr. 60 Gr. 45 Gr. 25 N° 1 Gr. 5 Gr. 5 q.b.
<b>SECONDI PIATTI (AUTUNNALI, INVERNALI, PRIMAVERILI)</b>		<b>QUANTITA' PER: BAMBINI PRIMARIA</b>	<b>SECONDI PIATTI (AUTUNNALI, INVERNALI, PRIMAVERILI)</b>		<b>QUANTITA' PER: BAMBINI PRIMARIA</b>
<b><u>FRITTATA AL FORNO CON CACIOCAVALLO O RICOTTA</u></b>  Uova Caciocavallo Ricotta Olio extra vergine di oliva Parmigiano o grana Sale iodato		N° 1 Gr. 40 Gr. 40 Gr. 5 Gr. 5 q.b.	<b><u>HAMBURGER DI LEGUMI (LENTICCHIE O FAGIOLI O CECI)</u></b> Hamburger di legumi Olio extra vergine di oliva Sale iodato		Gr. 80 Gr. 5 q.b.
<b><u>UOVA IN PURGATORIO:</u></b> Uova Pomodori pelati Olio extra vergine di oliva Parmigiano o grana Sale iodato		N° 1 Gr. 20 Gr. 5 Gr. 5 q.b.	<b><u>TORTINO** DI VERDURE AL FORNO</u></b> <b>**Verdure (spinaci, zucchine, broccoli, ecc.)</b> Patate Pan grattato Uova ogni 10 porzioni Parmigiano o grana Olio extra vergine di oliva Sale iodato		Gr. 100 Gr. 50 q.b. N° 1 Gr. 5 Gr. 5 q.b.
<b><u>**BASTONCINI DI VERDURE AL FORNO E BOCCONCINI DI MOZZARELLA(gr. 30 cd)</u></b> <b>**Bastoncini di verdure Bocconcini di mozzarella (gr. 30 cd)</b>		N° 3 N° 2	<b><u>**BASTONCINI DI VERDURE AL FORNO</u></b> <b>**Bastoncini di verdure Olio extra vergine di oliva</b>		N° 4 Gr. 5
<b><u>POLPETTE DI RICOTTA AL SUGO</u></b>  Ricotta Uova ogni 10 porzioni Pomodori pelati Parmigiano o grana Mollica di pane Olio extra vergine di oliva Sale iodato		Gr. 50 N° 1 Gr. 30 Gr. 5 q.b. Gr. 5 q.b.	<b><u>POLPETTE DI RICOTTA AL FORNO</u></b>  Ricotta Uova ogni 10 porzioni Parmigiano o grana Mollica di pane Olio extra vergine di oliva Sale iodato		Gr. 50 N° 1 Gr. 5 q.b. Gr. 5 q.b.
<b><u>FRITTATA AL FORNO CON PARMIGIANO</u></b>  Uova Olio extra vergine di oliva Parmigiano o grana Sale iodato		N° 1 Gr. 5 Gr. 10 q.b.	<b>****<u>PARMIGIANA DI MELANZANE AL FORNO:</u></b> Melanzane Uova ogni 10 porzioni Pomodori pelati Parmigiano o grana Mollica di pane Olio extra vergine di oliva Sale iodato		Gr. 60 N° 1 Gr. 30 Gr. 5 q.b. Gr. 5 q.b.
<b><u>BOCCONCINI DI MOZZARELLA E</u></b> Bocconcini di mozzarella (gr. 30 cd)		N° 3	<b><u>PARMIGIANO</u></b> Parmigiano		Gr. 50



02/09/24



CONTORNI (AUTUNNALI, INVERNALI, PRIMAVERILI)	QUANTITA' PER: BAMBINI PRIMARIA	CONTORNI (AUTUNNALI, INVERNALI, PRIMAVERILI)	QUANTITA' PER: BAMBINI PRIMARIA
<b>INSALATA MISTA:</b> Lattuga iceberg Radicchio Carote Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 30 Gr. 30 Gr. 30 Gr. 5 q.b.	<b>**ZUCCHINE AD INSALATA:</b> **Zucchine Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 130 Gr. 5 q.b.
<b>INSALATA DI POMODORI</b> Pomodori freschi Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 100 Gr. 5 q.b.	<b>INSALATA VERDE</b> Lattuga iceberg Olio extravergine di oliva Sale iodato	Gr. 60 Gr. 5 q.b.
<b>PATATE AL FORNO:</b> Patate fresche Olio extravergine di oliva Sale iodato	Gr. 130 Gr. 5 q.b.	<b>**SPINACI O **BIETOLA AL BURRO:</b> **Spinaci **Bietola Burro Sale iodato	Gr. 130 Gr. 130 Gr.5 q.b.
<b>**SPINACI O **BIETOLA O **FAGIOLINI O ** ZUCCHINE SALTATE</b> **Spinaci ** Bietola ** Fagiolini **Zucchine Olio extravergine di oliva Sale iodato	Gr. 130 Gr. 130 Gr. 130 Gr. 130 Gr. 5 q.b.	<b>** ZUCCHINE GRATINATE</b> ** Zucchine Olio extravergine di oliva Parmigiano o grana Mollica di pane Sale iodato	Gr. 130 Gr. 5 Gr. 5 q.b. q.b.
<b>PURE' DI PATATE</b> Patate fresche Latte UHT Burro Parmigiano o grana Sale iodato	Gr. 80 ml. 35 Gr. 5 Gr. 5 q.b.	<b>**PISELLI IN UMIDO</b> **Piselli Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 100 Gr. 5 q.b.
<b>**PISELLI E **CAROTE IN UMIDO:</b> **Piselli **Carote Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 50 Gr. 50 Gr. 5 q.b.	<b>INSALATA DI **FAGIOLINI:</b> **Fagiolini Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 130 Gr. 5 q.b.
<b>****PEPERONI E PATATE:</b> Patate fresche Peperoni freschi Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 65 Gr. 65 Gr. 5 q.b.		
ALIMENTI VARI:	QUANTITA' PER: BAMBINI PRIMARIA	ALIMENTI VARI:	QUANTITA' PER: BAMBINI PRIMARIA
<b>PANINO</b>	GR. 80	<b>FRUTTA</b> La frutta deve essere di stagione	GR. 150



****TURDILLI O PANDORO		N° 1 N° 1 FETTA	****COLOMBA PASQUALE		N° 1 FETTA
****CHIACCHIERE		N° 1	PUREA DI FRUTTA (100% polpa di frutta)		100 GR

Le preparazioni presenti nel menù possono contenere ingredienti considerati allergeni e provocare allergie o intolleranze in soggetti sensibili – Allegato II Reg. UE n. 1169/2011

Elenco allergeni:

1	Cereali contenenti glutine e prodotti derivati (grano, segale, orzo, avena, farro, kamut)	8	Frutta a guscio e loro prodotti (mandorle, nocciole, noci, noci di acagiù, di pecan, del Brasile, pistacchi, noci macadamia)
2	Crostacei e prodotti a base di crostacei	9	Sedano e prodotti a base di sedano
3	Uova e prodotti a base di uova	10	Senape e prodotti a base di senape
4	Pesce e prodotti a base di pesce	11	Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
5	Arachidi e prodotti a base di arachidi	12	Solfiti in concentrazioni superiori a 10 mg/kg
6	Soia e prodotti a base di soia	13	Lupini e prodotti a base di lupini
7	Latte e prodotti a base di latte	14	Molluschi e prodotti a base di molluschi

- A) È auspicabile inserire nei menù il consumo di pasta integrale almeno 2 volte alla settimana
- B) L'utilizzo dei cereali integrali (es. riso integrale) e di prodotti ottenuti con farine integrali (es. pasta integrale) consente di incrementare il contenuto di fibre del pasto e di ridurre l'indice glicemico. Viene pertanto riconosciuta come azione di miglioramento della qualità del pasto la periodica introduzione di cereali integrali, preferendo quelli prodotti con farine di provenienza biologica/integrata in sostituzione degli altri cereali
- C) Per la scuola materna i legumi e il minestrone devono essere passati
- D) L'insalata di pomodori è prevista solo nel periodo primaverile ed autunnale
- E) \*\* Prodotto fresco o surgelato
- F) \*\*\* Yogurt privo di pezzi, no kiwi
- G) \*\*\*\* Piatti tipici del territorio
- H) Si consiglia di rispettare la stagionalità per la frutta e la verdura
- I) Ove possibile preferire le verdure crude per il loro contenuto in sali minerali e vitamine
- J) Per quanto riguarda il consumo di verdure e frutta fresca o di IV gamma, si raccomanda di tener conto del possesso, da parte della Ditta destinataria del servizio, delle dovute attrezzature riservate al lavaggio ottimale di tali prodotti per come specificato nel piano di autocontrollo
- K) Sarebbe preferibile utilizzare pane a ridotto contenuto di sale e comunque sempre iodato: pane con contenuto di sale non superiore all'1.8% - 1.7% riferito alla farina. La produzione e vendita di pane con ridotto contenuto di sale, rispettando gusto, fragranza e qualità, è promossa dal Ministero della Salute e persegue un obiettivo di salute pubblica di estrema importanza, contribuendo alla diminuzione della prevalenza/incidenza delle malattie cronico-degenerative
- L) È auspicabile inserire nei menù il consumo di pane integrale almeno 2 volte alla settimana, al posto del pane comune. Da utilizzare pane fresco di giornata, ben lievitato e ben cotto. Va evitato il pane riscaldato o surgelato
- M) Le uova devono essere utilizzate esclusivamente previa cottura
- N) E' preferibile limitare il consumo di pancarrè sostituendolo con pane meglio, se integrale, in quanto il pancarrè è ricco di grassi, zuccheri e additivi che servono ad allungare i tempi di conservazione. Quello industriale è spesso trattato anche con alcol etilico come antimicrobico
- O) Sarebbe preferibile limitare il consumo di nettari di frutta e di succhi di frutta non al 100% frutta sostituendoli con spremute o frullati di frutta fresca di stagione, questo perché i succhi sono ricchi di conservanti e zuccheri aggiunti
- P) I formaggi freschi spalmabili devono essere senza additivi e conservanti
- Q) E' preferibile non somministrare ai bambini formaggi fusi a fette e formaggini. Si consiglia di preferire formaggi quali ricotta, crescenza, stracchino, caciotta fresca, ecc. I formaggi fusi (formaggi fusi a fette e formaggini) infatti, sono ottenuti mediante il riciclo di scarti provenienti da altri formaggi, che possono subire prolungati processi di trasformazione mediante l'utilizzo di sali di fusione, dando origine ad un prodotto contenente composti come fosfato, citrato e sodio, in quantità più o meno elevate a seconda dei prodotti. Sono inoltre ricchi di sale, la cui concentrazione può raggiungere i 3 grammi ogni 100 grammi di prodotto per quanto riguarda i formaggi fusi e dovrebbe essere presa in considerazione soprattutto da parte dei soggetti ipertesi ed in caso di somministrazione di formaggi fusi ai bambini. Secondo le più recenti linee guida dell'OMS, gli adulti non dovrebbero consumare più di 5 grammi di sale al giorno. Le linee guida, secondo quanto comunicato da parte dell'OMS, devono essere rispettate anche nel caso dei bambini, sulla base di peso, altezza ed energia



02/07/23



- consumata, in quanto un bambino con la pressione alta sarà molto probabilmente un adulto con il medesimo problema.
- R) Verificare la presenza del sedano nel minestrone in quanto quest'ultimo rientra nell'elenco degli allergeni presenti nell'Allegato II Reg. UE n. 1169/2011
  - S) Se si somministrano carciofini o finocchi fare attenzione ai filamenti e tagliare in piccoli pezzi per evitare il soffocamento
  - T) Se si somministra il pesto è preferibile utilizzare quello senza aglio in quanto quest'ultimo è responsabile di allergie/intolleranze alimentari
  - U) Le linee guida della ristorazione collettiva prevedono la somministrazione delle patate massimo 1 volta alla settimana
  - V) E' preferibile non somministrare kiwi perché allergizzante, rientra nel 5% delle allergie alimentari. In età pediatrica le allergie alimentari sono molto frequenti (incidenza media del 5%) per via dell'immaturità della barriera di protezione intestinale
  - W) Il latte utilizzato nella merenda del pomeriggio deve essere preferibilmente fresco pastorizzato intero
  - X) Per le diete speciali vengono rispettati rigorosamente tutti gli ingredienti dei menù che vengono stilati e vidimati in base alle patologie degli utenti
  - Y) Le preparazioni delle diete speciali vengono eseguite in contesti separati o con differenziazione temporale e con utensileria contraddistinta soprattutto per i celiaci
  - Z) **Verificare sempre l'etichettatura dei Prodotti Alimentari:** Regolamento UE 1169/2011 relativo alla fornitura di informazioni sugli alimenti ai consumatori, che modifica i regolamenti (CE) n. 1924/2006 e (CE) n. 1925/2006 del Parlamento europeo e del Consiglio e abroga la direttiva 87/250/CEE della Commissione, la direttiva 90/496/CEE del Consiglio, la direttiva 1999/10/CE della Commissione, la direttiva 2000/13/CE del Parlamento europeo e del Consiglio, le direttive 2002/67/CE e 2008/5/CE della Commissione e il regolamento (CE) n. 608/2004 della Commissione
  - AA) Prevedere un'offerta di almeno due varietà di frutta nella medesima settimana
  - BB) Due volte al mese può essere prevista in sostituzione alla frutta di stagione una purea di frutta

Per garantire la sicurezza di una dieta speciale (Celiachia, allergia/intolleranza alimentare, malattie metaboliche/deficit enzimatici) in ristorazione collettiva è fatto obbligo di attivare tutta una serie di procedure gestionali specifiche, rigorose ed impegnative ed è doveroso richiedere/proporre restrizioni dietetiche quando la motivazione sia sostenuta o da un temporaneo dubbio diagnostico in fase di accertamento (dieta di sospensione) o da diagnosi certa.

Al fine di garantire correttamente le diete speciali richieste si sollecita all'Ente gestore:

1. l'applicazione di un piano autocontrollo aziendale adeguato, che descriva le procedure delle specifiche diete speciali;
2. la competenza del personale coinvolto nella preparazione, distribuzione, somministrazione delle diete speciali;
3. la formazione degli operatori addetti alla gestione delle diete speciali,
4. l'identificazione di un responsabile possibilmente delle diete speciali;
5. le modalità operative di preparazione delle diete speciali, il loro confezionamento e la identificazione;
6. la fase di somministrazione delle diete speciali;
7. la gratificazione palatale delle diete speciali;
8. la collaborazione e la corresponsabilità di tutti i soggetti coinvolti lungo la "filiera di sicurezza" di una dieta speciale: medico prescrittore, genitore, amministrazione comunale, scuola, gestore del servizio di ristorazione collettiva, personale di assistenza al pasto (educatore, docente, collaboratore scolastico e/o altro personale dedicato).

