

SOMMARIO

1) NORME PER LA PREPARAZIONE DEI MENU'	PAG. 1
2) CARATTERISTICHE DEI PASTI E CARATTERISTICHE MERCEOLOGICHE	PAG. 2
3) CARATTERISTICHE DEGLI ALIMENTI	PAG. 3
4) TABELLE DIETETICHE E MENU' SCUOLE PRIMARIE E SECONDARIA	PAG. 25
5) TABELLE DIETETICHE E MENU' PER SERVIZIO PASTI A DOMICILIO ADULTI	PAG. 38

1) NORME PER LA PREPARAZIONE DEI MENU':

Nella preparazione dei menù si prescrive quanto segue:

- le grammature degli alimenti si intendono al netto e al crudo degli scarti;
- usare riso che mantenga la cottura o parboiled;
- la pasta asciutta nelle scuole primarie deve essere di piccola o media dimensione, cotta adeguatamente per facilitare la masticazione non completa dei bambini di questa età;
- si consiglia di preparare la minestra di orzo passandolo con verdure o legumi;
- i passati di verdura devono essere cremosi e non troppo densi;
- utilizzare gli gnocchi in ATM o freschi confezionati come previsto al punto 3) Caratteristiche degli alimenti;
- le uova devono essere biologiche sia a guscio che pastorizzate: queste ultime vanno usate per preparare frittate cotte al forno e consumate in giornata;
- l'uso della maionese biologica va limitato ad accompagnamento di pesce e/o di uova sode per non più di una volta alla settimana;
- il purè deve essere cremoso e preparato con patate fresche; la preparazione del purè con prodotti sostitutivi disidratati è ammessa unicamente in situazioni di necessità previo parere della dietista dell'Ente concedente;
- come da indicazione dei CAM, la verdura cotta e cruda deve essere biologica o qualificata marchio DOP, SQNZ, SQNPI, etc. Va tagliata sottile e variata il più possibile secondo le stagioni; utilizzare verdure fresche e/o surgelate, preferendo l'uso di quelle fresche di stagione per tutte le preparazioni previste, escludendo i prodotti di V gamma;
- come frutta i CAM indicano l'uso di prodotti stagionali, biologici o certificati dal Sistema di Qualità Nazionale di produzione integrata o equivalenti e la frutta esotica (banane, ananas) deve essere biologica o proveniente da commercio equo e solidale riconosciuto;
- la frutta va consegnata lavata preventivamente nel centro cottura o in alternativa direttamente nei locali della mensa;
- lo yogurt deve essere biologico: non si devono somministrare prodotti simili organoletticamente allo yogurt;
- non effettuare la precottura;
- privilegiare le cotture al forno, al vapore e le stufature che richiedono il minimo quantitativo di grassi aggiunti;
- curare, nella cottura dei cibi in acqua, il rapporto acqua/alimento perché sia il più basso possibile;
- utilizzare l'acqua di cottura dei vegetali, ricca di sali minerali e vitamine per la preparazione di minestre, risotti, ecc.;
- cuocere al forno o a vapore, gli ortaggi ed i tuberi da consumare come contorni cotti;
- cuocere esclusivamente preparazioni che prevedono l'impiego di brodo vegetale;
- preparare i brodi vegetali unicamente con abbondanti ortaggi freschi e senza glutammato;
- impiegare solo sale iodato (poco);
- aggiungere olio mono-seme di girasole o altri olii in possesso di certificazioni riconosciute dalla Commissione Europea o olio di oliva extra vergine biologico (CAM 40%) o burro a fine cottura, utilizzando solo

l'indispensabile quantità iniziale per spennellature di placche, vaporizzazione sulle preparazioni da forno; i condimenti di sughi, minestre, passati, risotti, puree, vanno aggiunti a freddo alla preparazione ultimata;

- preparare ogni tipo di sugo o salsa a base di pomodori pelati o polpa pronta con un'abbondante base di ortaggi (sedano, carote, cipolle, porri ed erbe aromatiche), evitando assolutamente l'impiego di zucchero quale correttore di acidità, gli ortaggi frantumati vanno incorporati nella preparazione della salsa;
- non sottoporre a frittura alcuna preparazione;
- carni per arrostiti ed in fettine, cosce e petti di pollo, frittate, timballi, crocchette, pesci, vanno esclusivamente cotti in forno;
- non utilizzare "fondi di cottura" ottenuti dalla prolungata soffrittura degli ingredienti,
- approntare "espressi" i primi piatti asciutti, cioè la loro preparazione deve essere ultimata immediatamente prima del confezionamento e del trasporto: le cotture devono essere differenziate per le scuole primarie e secondaria inferiore ed infine per gli anziani del servizio pasti a domicilio;
- non riutilizzare in nessun caso cibi preparati e non consumati il giorno precedente.
- non usare alimenti pre-fritti tipo bastoncini di pesce (come previsto da D.M.65 del 10/03/2020).

2) CARATTERISTICHE DEI PASTI E CARATTERISTICHE MERCEOLOGICHE

Le caratteristiche dei pasti sono specificate ai punti seguenti:

- Caratteristiche prodotti alimentari (punto n. 3)
- Menù delle scuole e tabelle dietetiche (punto n. 4)
- Menù pasti a domicilio e tabelle dietetiche (punto n. 5)

I tipi e le caratteristiche degli alimenti dovranno essere conformi a quelli precisati nell'allegato e comunque essere conformi a quanto prescritto dalle linee guida generali della Regione Veneto e "Linee guida nazionali in materia di miglioramento della sicurezza e della qualità nutrizionale nella ristorazione scolastica".

La qualità del pasto confezionato e servito nell'ambito della refezione scolastica dipende anche dalla qualità delle materie utilizzate che pertanto, dovranno essere di ottima qualità igienica, nutrizionale, organolettica e merceologica.

Il concessionario si obbliga a confezionare i pasti secondo la composizione e le grammature stabilite nei documenti di cui all'allegato al presente capitolato.

Il concessionario dovrà fornire, su richiesta del Concedente, eventuali piatti anche non previsti dal menù, per studenti che devono seguire diete particolari (diete speciali) come meglio precisato all'art 7.

Questi dovranno essere consegnati in monoporzione e recare indicazione dell'alunno destinatario.

ASPETTI NUTRIZIONALI

- 1) Le grammature per la predisposizione dei menù sono indicate secondo le Linee guida in materia di miglioramento della qualità nutrizionale nella ristorazione scolastica – Regione del Veneto;
- 2) Il menù deve essere firmato da specialista in materia (dietista);
- 3) Adeguatezza dei menù rispetto ai fruitori dei pasti (ragazzi di età compresa tra 6 e 15 anni), adulti
- 4) Variabilità del menù

APPROVVIGIONAMENTO E STOCCAGGIO DELLE MATERIE PRIME

Il concessionario non deve accettare dai propri fornitori materie prime o ingredienti se risultano contaminati, o si può logicamente presumere che siano contaminati, da parassiti, microrganismi patogeni o tossici, decomposti o sostanze estranee che, anche dopo le operazioni di cernita e/o le procedure preliminari o di trattamento eseguite in maniera igienica, non siano adatte al consumo umano e deve adottare tutte le misure previste dal piano HACCP per la tutela sanitaria.

Le materie prime e gli ingredienti immagazzinati nello stabilimento devono essere opportunamente protetti e conservati in modo da evitare un deterioramento nocivo e la contaminazione. Lo stoccaggio delle materie prime deve avvenire in un apposito locale separato da quello di lavorazione: è necessario poter disporre di uno spazio per le derrate da conservarsi a temperatura ambiente e a temperatura di refrigerazione. In particolare è necessario prevedere la separazione tra alimenti ed opportune temperature di conservazione per:

- verdura fresca, insalate miste fredde, piatti freddi, (es. pasta fredda)	T max. 9-10°C
- salumi e formaggi	T max. 6-7°C
- uova	T max. 6-7°C
- latte pastorizzato	T max. 0-4°C
- latticini freschi	T max. 0-4°C
- carni bovine, suine, etc.	T max. 4°C
- pollame, conigli	T max. 4°C
- carni già cotte	T max. 4°C
- carne macinata	T max. 2°C
- pesce surgelato	T min. -18°C

La separazione delle materie prime può avvenire nella stessa cella o nello stesso frigorifero su diversi scaffali, se la temperatura di conservazione è quella dell'alimento più deperibile. In questo caso si deve porre particolarmente attenzione alla non commissione tra derrate alimentari come carne, salumi, verdura, ecc.

Deve essere adottato un sistema di monitoraggio efficace per la tracciabilità e rintracciabilità dei prodotti alimentari.

Qualora il centro di cottura svolga un servizio non finalizzato alla distribuzione dei pasti per l'Ente concedente, nel magazzino devono essere previsti degli scaffali riportanti la dicitura "Riservato alla Refezione Scolastica".

Il concessionario deve provvedere alla consegna, ai plessi terminali, di un elenco di tutte le derrate alimentari e del materiale non alimentare (per la distribuzione e la sanificazione) previsto dal presente capitolato.

Il concessionario deve provvedere alla consegna ai terminali periferici delle derrate alimentari e dei materiali di pulizia e gestione (tovaglie, tovaglioli, ecc.) tenendo presente che:

- la consegna dei dessert previsti nel menù avviene con la consegna del pasto giornaliero e conservati in luogo idoneo e/o in frigorifero; la somministrazione verrà effettuata il giorno successivo come merenda;
- la consegna del materiale non alimentare deve sempre essere effettuata separatamente alla consegna delle derrate alimentari.

3) CARATTERISTICHE DEGLI ALIMENTI

DESCRIZIONE QUALITATIVA DEGLI ALIMENTI CHE COMPONGONO I MENU' SCOLASTICI E I PASTI A DOMICILIO

I pasti dei bambini e degli adulti a domicilio devono rispondere ai criteri di qualità sulla base delle materie prime utilizzate.

La "qualità" si riferisce a valori standard merceologici, bromatologici, chimici, microbiologici e legali con protocolli operativi atti ad assicurare in ogni fase il controllo qualità delle materie prime.

Gli alimenti impiegati per la preparazione dei pasti devono essere prodotti, raccolti, confezionati, conservati, trasportati e lavorati nel totale rispetto di tutte le norme vigenti e delle procedure per fornire alimenti definiti di "Buona e sana cucina".

Per l'acquisto degli alimenti e cioè delle materie prime per la formulazione del pasto bisogna considerare dei parametri generali che sono:

- Precisa denominazione di vendita del prodotto, secondo quanto stabilito dalla Legge;
- Corrispondenza delle derrate a quanto richiesto dal Capitolato;
- Etichette con le informazioni previste dal D.L.vo n. 1924/2006 s.m.i e dalle norme specifiche per ogni prodotto e Reg.CE 1169/2011;
- Identificazione di ciascuna classe merceologica e dati della tracciabilità del prodotto secondo Decreto Legge 178/'02 e D.Lgs.190 del 5/04/2006 ;
- Adeguamento ai CAM - D.M.65 del 10/03/2020;
- Identificazione mediante le caratteristiche qualitative organolettiche e nutrizionali oggettive del prodotto;
- Vita residua del prodotto: dal TMC (termine minimo di conservazione) non deve essere inferiore ai 2/3 della shelf-life;
- Fornitura regolare e peso netto;
- Completa e dettagliata compilazione del documento di trasporto e fatture;
- prezzi di acquisto in sintonia con il mercato (locale e/o regionale e/o nazionale) da verificare con le quotazioni registrate presso gli eventuali mercati della zona e con i dati pubblicati nei bollettini specializzati;
- I prodotti provenienti dall'Agricoltura Biologica dovranno rispondere al Regolamento CE 834/2007 e successive modifiche e integrazioni; i prodotti non conformi non saranno accettati.

I prodotti biologici inseriti secondo il D.M. 65 del 10 marzo 2020 dovranno essere adeguatamente documentati con analisi chimiche e nutrizionali, tossicologiche e microbiologiche.

I prodotti alimentari, forniti per la Ristorazione Scolastica, devono possedere i requisiti previsti dalla legislazione vigente e quelli indicati nel capitolato. Deve essere allegata la relativa scheda tecnica del prodotto e del fornitore.

A richiesta dell'Ente Concedente deve essere allegato un referto analitico, che attesti le qualità intrinseche del prodotto, la tracciabilità dello stesso come previsto dal capitolato.

Per l'aspetto igienico sanitario si fa riferimento alle norme vigenti in materia, ai Regolamenti CE "852-853" del 2004 e Regolamento UE 2017/625 e al piano di autocontrollo della struttura.

Gli indici microbiologici degli alimenti previsti per la Ristorazione fanno riferimento al Regolamento CE 2073/05 e sono da considerarsi quali punti di riferimento tecnico, finalizzati al miglioramento qualitativo della produzione.

L'Ente Concedente provvederà, ogni qualvolta lo riterrà necessario, ad effettuare dei campionamenti sulle derrate, anche in contraddittorio, per una maggiore garanzia della qualità richiesta.

CARNE DI BOVINO FRESCO IDENTIFICATO REFRIGERATO

Condizioni generali:

- Biologica per almeno il 50% in peso. Un ulteriore 10% in peso di carne deve essere, se non biologica, certificata nell'ambito del Sistema di Qualità Nazionale Zootechnia o nell'ambito dei sistemi di qualità regionali riconosciuti (quali QV o equivalenti), o etichettata in conformità a disciplinari di etichettatura facoltativa approvati dal Ministero delle Politiche Agricole, Alimentari e Forestali almeno con le

informazioni facoltative «benessere animale in allevamento», «alimentazione priva di additivi antibiotici», o a marchio DOP o IGP o «prodotto di montagna»

- Deve provenire da bovini biologici o identificati-certificati (DOP, SQNPI, SQNZ) in allevamenti nazionali o CE;
- Deve essere prodotta, lavorata e commercializzata in strutture riconosciute ai sensi del D.L.vo 286/94 o autorizzate ai sensi della L. 283/62 e successive modifiche ed integrazioni;
- Deve essere evidente in ogni confezione la BOLLATURA SANITARIA e la CLASSIFICAZIONE COMMERCIALE;
- Deve soddisfare i requisiti di etichettatura previsti dal Reg. 1760/2000/CE e dal Decreto del M.I.P.A.F. 30/08/2000 G.U. 268 del 16/11/2000 presentando le seguenti informazioni:
 - 1) Marca auricolare del bovino da cui origina la carne o lotto di macellazione;
 - 2) Paese di nascita e di allevamento degli animali;
 - 3) N° di approvazione del macello di provenienza;
 - 4) N° di approvazione del laboratorio di sezionamento di provenienza;
- Deve essere dichiarata l'età dell'animale;
- Deve essere dichiarata l'appartenenza delle carcasse di bovino adulto alla categoria A o E, ai sensi del Reg. 1026/91/CE;
- Deve presentare grana fine, colorito brillante, colore roseo - rosso, tessuto adiposo di colore bianco candido, ben disposto tra i fasci muscolari che assumono aspetto marezzato, marezzatura media, consistenza pastosa, tessitura abbastanza compatta;
- Deve essere dichiarata la data di macellazione e di sezionamento dell'animale; la data di macellazione non deve essere antecedente a sei giorni dalla data di commercializzazione;
- Deve presentare caratteristiche igieniche ottime, con assenza di alterazioni microbiche o fungine;
- Deve possedere caratteristiche microbiologiche dimostrabili;
- Deve essere priva di sostanze ad attività antibatterica o anabolizzante e i loro prodotti di trasformazione, nonché di altre sostanze che si trasmettono alle carni e possono nuocere alla salute umana, come definito dalle direttive del consiglio 86/469 CEE del 16/09/86 e s.m.i;
- Deve essere trasportata secondo disposizioni del DPR n.327 del 26 marzo 1980 e successivi aggiornamenti, con temperature durante il trasporto tra i -1° e i + 7° C;
- Non sono accettate carni bovine che presentino caratteristiche poco gradite di consistenza e di colore dei muscoli;

La carne consegnata deve presentare idonea etichettatura.

Tagli richiesti del quarto posteriore: noce- fesa- fetta di mezzo- scamone- magatello-girello (roast-beef, arrosto, fettine)-filetto.

Tagli richiesti del quarto anteriore: reale, travertino (spezzatino, macinato), brione (arrosto, carne in umido) geretto anteriore o muscolo (brodo, brasato, umido), girello di spalla (arrosti o fettine o involtini o pizzaiola), scapola o sorra (fettine, pizzaiola, involtini) etc. .

DOCUMENTO DI IDENTIFICAZIONE

DELLE CARNI

Generalità del **FORNITORE**

Ditta.....

Sede..... Tel..... Fax.....
Dati di IDENTIFICAZIONE DELLE CARNI Regolamento CE n° 1760/2000 Decreto M.I.P.A.F. 30/08/2000
Codice di ALLEVAMENTO N° di IDENTIFICAZIONE animale (auricolare) ETA' SESSO Paese di NASCITA ANIMALE Paese di ALLEVAMENTO N° di approvazione MACELLO N° di approvazione Laboratorio di SEZIONAMENTO Data di MACELLAZIONE Data di SEZIONAMENTO Classificazione CARCASSA Firma VETERINARIO ISPETTORE dott.

FAC-SIMILE

CARNE DI SUINO IDENTIFICATO REFRIGERATO

Condizioni generali:

- deve provenire da suini biologici per almeno il 10% in peso o identificato con certificazione volontaria di prodotto rilasciata da un organismo di valutazione relativa ai requisiti “benessere animale in allevamento, trasporto e macellazione” e “allevamento senza antibiotici” almeno per gli ultimi 4 mesi.
- deve essere prodotta, lavorata e commercializzata in strutture riconosciute ai sensi del D. L.vo 286/94 o autorizzati ai sensi della L 283/62 e successive modifiche e integrazioni;
- deve essere evidente in ogni confezione la bollatura sanitaria e la classificazione commerciale;
- deve presentare colore roseo, aspetto vellutato, grana molto fine, tessitura compatta, consistenza pastosa al tatto e venatura scarsa;
- deve essere dichiarata la data di macellazione e di sezionamento dell’animale; il sezionamento non può avvenire prima di 6 giorni dalla macellazione;
- deve presentare caratteristiche igieniche ottime, con assenza di alterazioni microbiche o fungine;
- essere trasportata in osservanza al dettato del D.P.R. 327/80 e D.L.vo 286/94 e successive modifiche e integrazioni, con temperature di trasporto comprese tra -1° e $+7^{\circ}$ C.;
- la carne deve essere consegnata porzionata e confezionata sottovuoto in involucri termoretrattati; l’involucro deve essere integro e ben aderente alla carne, indice della presenza del sottovuoto.

Le carni sottovuoto devono possedere i requisiti merceologici previsti per le carni non confezionate.

TAGLI RICHIESTI: Lonza, fesetta, carrè disossato di suino, taglio per spezzatino. I tagli vanno confezionati sottovuoto in busta di polietilene.

CARNI EQUINE FRESCHE CAVALLO-PULEDRO

Le carni di puledro devono essere conformi alla normativa CEE (L. 29.11.71 n° 1073 e successive modificazioni e/o integrazioni).

Il prodotto deve soddisfare le vigenti disposizioni per la vigilanza igienica ai sensi della L. 283/62, del D.L. vo n° 286 del 18.04.1994, D.L. vo n° 109 e n° 118 del 27.01.1992.

Deve presentare in ogni sua parte il marchio della visita sanitaria e di classifica.

La carne deve essere consegnata porzionata e confezionata sottovuoto in involucro termoretrato: l'involucro deve essere integro e ben aderente alla carne, indice della presenza del sottovuoto.

Deve essere trasportata in osservanza al dettato del D.P.R. 327/80 e D.L. vo 286/94 e successive modifiche e integrazioni, con temperature di trasporto comprese tra -1° e $+7^{\circ}$ C.

Tipologia dei tagli: fesa esterna per umido o spezzatino

CARNI AVICUNICOLE FRESCHE REFRIGERATE

POLLI A BUSTO g.1000/1100

Condizioni generali:

- biologici per almeno il 20% in peso. Le restanti somministrazioni di carne avicola sono rese, se non con carne biologica, con carne avicola etichettata in conformita' a disciplinari di etichettatura facoltativa approvati dal Ministero delle politiche agricole, alimentari e forestali ai sensi del decreto ministeriale 29 luglio 2004 recante «Modalita' per l'applicazione di un sistema volontario di etichettatura delle carni di pollame» per almeno le seguenti informazioni volontarie:

«allevamento senza antibiotici», allevamento «rurale in liberta'» (free range) o «rurali all'aperto». Le informazioni «senza antibiotici», «rurale in liberta'» o «rurale all'aperto» devono figurare nell'etichetta e nei documenti di accompagnamento di tutte le carni consegnate per ciascun conferimento.
- devono soddisfare le vigenti disposizioni per la vigilanza igienica ai sensi della L.283/62, del D.P.R. 10/12/1997 n° 495 e del Reg. 1906/90/CE e successivi aggiornamenti e integrazioni;
- privi di testa e collo; la resezione del collo deve avvenire a livello della terzultima vertebra cervicale;
- zampe tagliate a mezzo cm. circa sotto l'articolazione tarsica;
- i busti devono risultare esenti da intestini, stomaci, fegato e cuore, esofago, trachea e uropigio;
- la macellazione deve essere recente e non superiore a 3 giorni e non inferiore a 12 ore;
- alla macellazione deve essere seguito il raffreddamento in cella frigorifero;
- devono provenire da allevamenti nazionali e da stabilimenti di macellazione dotati di numero di riconoscimento comunitario;
- devono appartenere alla classe A come da Reg. 1906/90/CE;
- devono essere conservati e trasportati a una temperatura compresa tra -1° C e $+4^{\circ}$ C (D.P.R.495/97 e D.P.R. 327/80);
- devono presentare caratteristiche igieniche ottime, con assenza di alterazioni microbiche e fungine.

Caratteristiche:

devono essere ben conformate, presentare una muscolatura allungata e ben sviluppata;

la pelle deve presentarsi di spessore fine, di colore giallo chiaro e omogeneo, pulita, elastica non disseccata, senza penne o spuntoni né piume;

non devono presentare ecchimosi, colorazioni anomale, tagli o lacerazioni;

il grasso sottocutaneo deve risultare uniformemente distribuito e nei giusti limiti;

non devono presentare fratture, edemi ed ematomi;

le carni devono essere completamente dissanguate, di colore bianco rosato uniforme, di consistenza soda, aderenti all'osso, senza essudatura né trasudato;

le cartilagini dell'articolazione devono risultare integre, di colore bianco azzurro caratteristico, senza grumi di sangue o ecchimosi.

Il confezionamento e l'etichettatura devono essere conformi a quanto richiesto dal D.P.R. n°495/97 e dal D. L.vo 109/92 e successive modifiche e integrazioni.

FUSELLI DI POLLO E SOVRACOSCE DI POLLO GR. 300 ca.

PETTI DI POLLO SENZ'OSSO DA GR. 350 ca. O ROTOLO

Condizioni generali:

- biologica per almeno il 20% in peso. Le restanti somministrazioni di carne avicola sono rese, se non con carne biologica, con carne avicola etichettata in conformità a disciplinari di etichettatura facoltativa approvati dal Ministero delle politiche agricole, alimentari e forestali ai sensi del decreto ministeriale 29 luglio 2004 recante «Modalità per l'applicazione di un sistema volontario di etichettatura delle carni di pollame» per almeno le seguenti informazioni volontarie:
«allevamento senza antibiotici», allevamento «rurale in libertà» (free range) o «rurali all'aperto». Le informazioni «senza antibiotici», «rurale in libertà» o «rurale all'aperto» devono figurare nell'etichetta e nei documenti di accompagnamento di tutte le carni consegnate per ciascun conferimento.
- devono soddisfare le vigenti disposizioni per la vigilanza igienica ai sensi della legge n. 283 del 30 aprile 1962, del D.P.R. 10.12.1997 N.495 e del Reg. 1906/90/CE e successivi aggiornamenti e integrazioni;
- devono provenire da animali allevati in allevamenti nazionali e da stabilimenti di macellazione dotati di numero di riconoscimento comunitario;
- devono provenire da animali appartenenti alla classe A come da Reg. 1906/90/CE;
- devono essere conservati e trasportati a una temperatura compresa tra -1° C e + 4° C (D.P.R. 495/97 e D.P.R.327/80);
- devono presentare caratteristiche igieniche ottime, con assenza di alterazioni microbiche e fungine;
- le confezioni, le bacinelle o i sacchi di materiali per alimenti non devono contenere il liquido di sgocciolamento.

Caratteristiche:

devono essere ben conformati, presentare una muscolatura allungata e ben sviluppata;

non devono presentare ecchimosi, colorazioni anomale, tagli o lacerazioni;

il grasso sottocutaneo deve risultare uniformemente distribuito e nei giusti limiti;

non devono presentare edemi ed ematomi;

le carni devono essere completamente dissanguate, di colore uniforme, di consistenza soda, senza essudatura né trasudato;

la carne deve essere priva di sostanze ad attività antibatterica o anabolizzante e i loro prodotti di trasformazione, nonché di altre sostanze che si trasmettono alle carni e possono nuocere alla salute umana, come definito dalle Direttive del Consiglio europeo 86/469 CEE del 16/09/1986 e seguenti.

Il confezionamento e l'etichettatura devono essere conformi a quanto richiesto dal D.P.R. n. 495/97 e dal D. L.vo 109/92 e successive modifiche e integrazioni.

FESA DI TACCHINO, ROTOLO DI TACCHINA

Condizioni generali:

- biologica per almeno il 20% in peso. Le restanti somministrazioni di carne avicola sono rese, se non con carne biologica, con carne avicola etichettata in conformità a disciplinari di etichettatura facoltativa approvati dal Ministero delle politiche agricole, alimentari e forestali ai sensi del decreto ministeriale 29 luglio 2004 recante «Modalità per l'applicazione di un sistema volontario di etichettatura delle carni di pollame» per almeno le seguenti informazioni volontarie:
«allevamento senza antibiotici», allevamento «rurale in libertà» (free range) o «rurali all'aperto». Le informazioni «senza antibiotici», «rurale in libertà» o «rurale all'aperto» devono figurare nell'etichetta e nei documenti di accompagnamento di tutte le carni consegnate per ciascun conferimento.
- deve soddisfare le vigenti disposizioni per la vigilanza igienica ai sensi della L. n.283/62, del D.P.R. 10.12.1997 n.495 e del Reg. 1906/90/CE e successivi aggiornamenti e integrazioni;
- deve provenire da animali ingrassati in allevamenti **nazionali** e da stabilimenti di macellazione dotati di numero di riconoscimento comunitario;
- deve essere conservato e trasportato a una temperatura compresa tra -1°C e $+4^{\circ}\text{C}$ (D.P.495/97 e D.P.R. 327/80);
- deve presentare caratteristiche igieniche ottime, assenza di alterazioni microbiche e fungine;
- le confezioni, le bacinelle o i sacchi di materiali per alimenti non devono contenere il liquido di sgocciolamento.

Caratteristiche:

tacchino maschio o femmina con età 140 gg.(maschio) e 100 gg.(femmina), di classe A (Reg. CE 1906/90);

deve presentare carni morbidissime, a grana sottile, colore rosa pallido, pelle leggera e facilmente lacerabile, cartilagine sternale molto flessibile; l'animale deve essere stato allevato a terra;

la carne deve essere priva di sostanze ad attività antibatterica o anabolizzante, come definito dalle direttive del Consiglio 86/496 CE del 16/09/1986.

ogni fesa deve essere confezionata in vaschetta propria, avvolta in film plastico ben teso;

ogni confezione deve presentare le informazioni previste dal Reg.1169/11 per i prodotti pre-confezionati;

- deve provenire da animali nutriti in allevamenti nazionali e da stabilimenti di macellazione dotati di numero di riconoscimento comunitario;
- deve essere conservato e trasportato a una temperatura compresa tra -1°C e $+4^{\circ}\text{C}$ (D.P.R. 495/97 e D.P.R. 327/80);
- deve presentare caratteristiche igieniche ottime, assenza di alterazioni microbiche e fungine;
- le confezioni, le bacinelle o i sacchi di materiali per alimenti non devono contenere il liquido di sgocciolamento.

Caratteristiche:

Tacchino maschio con età compresa fra 14 settimane e 8 mesi, di classe A (Reg. CE 1906/90);

Deve presentare carni morbidissime, a grana sottile, colore rosa pallido, pelle leggera e facilmente lacerabile, cartilagine sternale molto flessibile;

L'animale deve essere stato allevato a terra.

La carne deve essere priva di sostanze ad attività antibatterica o anabolizzante, come definito dalle direttive del Consiglio 86/496 CE del 16/09/1986; ogni fesa deve essere confezionata in vaschetta propria, avvolta in film plastico ben teso;

AFFETTATO DI TACCHINO PRONTO

Deve essere prodotto utilizzando solo carni selezionate a cui vengono aggiunti sale e aromi per poi passare ad una lenta cottura a vapore.

- Confezione: Sottovuoto
- Scadenza: 2 - 3 mesi
- Conservazione :Conservare da +2 a +10°C.
- Ingredienti consentiti:
Carne di tacchino (minimo 75%), acqua, sale, aromi, amidi, fibre vegetali, destrosio. Antiossidanti: E301. Gelificanti: E407. Conservanti: E250 Senza derivati del latte. Senza polifosfati aggiunti. Senza glutine.
- Valori nutrizionali medi per 100 grammi di prodotto: Energia 420 kJ / 100 kcal; Grassi 2,3 g di cui acidi grassi saturi 0,8 g; Carboidrati 2,9 g di cui zuccheri 2,5 g; Proteine 17,0 g; Sale 2,2 g

Ogni confezione deve presentare le informazioni previste dal D.Lvo. 109/92 s.m.i per i prodotti pre-confezionati.

CONIGLIO

Ogni coniglio deve soddisfare le vigenti disposizioni per la vigilanza igienica ai sensi della L. n. 283/62, del D.P.R. 30.12.1992 n.559 e successivi aggiornamenti e integrazioni; la carne deve essere priva di sostanze ad attività antibatterica o anabolizzante.

Devono presentarsi senza zampe, con testa, scuoiati e sviscerati, con breccia addominale completa, reni in sede, grasso perineale di colore bianco, consistenza soda e quantità scarsa.

Per la refezione scolastica si richiede un prodotto perfettamente disossato pronto per la cottura (rotoli, polpette etc.)

Il confezionamento e l'etichettatura devono essere conformi a quanto richiesto dalla normativa vigente con relativa scheda tecnica.

SALUMI

PROSCIUTTO COTTO IDENTIFICATO

Il prosciutto cotto deve essere prodotto con cosce refrigerate di produzione nazionale, senza aggiunta di polifosfati, né caseinati, né lattati, né glutammato e senza glutine .

La composizione richiesta è la seguente: carne suina fresca, sale, destrosio, o altro zucchero non proveniente dal latte, aromi naturali.

Il prodotto deve essere confezionato sotto vuoto, in carta alluminata o altro ai sensi del D.M. 21 marzo 1973 e succ. modifiche; all'apertura non deve esservi presenza di liquido percolato né di grasso sfatto, né di odori sgradevoli.

Il peso del prosciutto può variare da 6 a 9 Kg.

Il prosciutto non deve presentare i seguenti difetti: picchiettature indici di emorragie muscolari all'abbattimento, alveolature proteolitiche, inverdimento da lattobacilli, mucosità da lattobacilli e streptobacilli.

Il sapore deve essere tipico, dolce, senza accentuazioni da esaltatori di sapidità, non deve presentare acidità da acido lattico derivante da inquinamento lattobacillare.

Lo strato lipidico deve essere ben coeso, distribuito esternamente al prosciutto a ricoprire tutta o in parte la muscolatura.

Il grasso, bianco e compatto, deve essere facilmente asportabile.

All'apertura ed affettatura il prosciutto deve presentare le seguenti caratteristiche:

- assenza di patinosità esterne;
- assenza di irrancidimento del grasso di copertura;
- limitata quantità di grasso interstiziale;
- rapporto acqua/proteine della frazione magra deve essere simile a quello esistente nella carne cruda (70/20);
- fetta rosea, compatta, non sbriciolabile, senza iridescenza, magra;

Si richiede che venga specificato con descrizione tecnica:

- la composizione percentuale in nutrienti del prodotto;
- gli additivi aggiunti.

PROSCIUTTO CRUDO:

- di Parma (L. n°26 del 13 /2/1990)
- di San Daniele del Friuli (L.n°30 del 14/2/1990)
- Veneto Berico-Euganeo (L.n°628 del 4/11/1981)
- di Modena (L. n° 11 del 12/01/1990)

Si richiede relativa scheda tecnica e che vengano specificati:

1. la composizione del prosciutto offerto;
2. i residui degli additivi aggiunti (ai sensi del D.M.31 marzo 1965);
3. la durata della stagionatura.

SALAME, SOPPRESSA VENETA, COPPA, SALSICCE, BRESAOLA:

almeno il 30% in peso deve essere biologico o, se non disponibile, a marchio di qualità DOP o IGP o «di montagna» in conformità al regolamento (UE) n. 1151/2012 e al regolamento (UE) n. 665/2014.

I salumi somministrati devono essere privi di polifosfati e di glutammato monosodico (sigla E621) e secondo le normative vigenti nell'utilizzo dei nitriti (D.M. n° 209 del 27/02/1996).

Questi alimenti vanno utilizzati solo su indicazione del Dietista dell'Ente Concedente.

UOVA BIOLOGICHE (INTERE)

Incluse quelle pastorizzate liquide o con guscio: biologiche.

Le uova, fresche, dovranno essere di età non superiore ai 7 (sette) giorni dalla deposizione.

Dovranno essere solo di gallina, di categoria A, del peso di gr. 60 - 65 ciascuna, pulite, senza incrinature e avere tutte le caratteristiche del prodotto fresco.

Il guscio dovrà presentarsi senza incrinature, ruvido e pulito e alla cottura non dovrà rompersi facilmente.

La camera d'aria dovrà avere un contorno e non dovrà superare l'altezza di mm. 6 (sei); allo scuotimento il contenuto non dovrà manifestare alcuna oscillazione.

L'albume dovrà essere incolore e fluido nella parte esterna, globoso in quella interna, all'apertura dovrà presentare la caratteristica trasparenza.

Il tuorlo, alla separazione, dovrà apparire solo come ambratura, senza contorno apparente e rimanere in posizione pressoché centrale nei movimenti di rotazione.

All'apertura il tuorlo dovrà essere intatto, di colore giallo intenso e di struttura globosa, la membrana "tunica velina" dovrà risultare di conformazione omogenea senza grinze, non dovrà risultare appiattito ed il contenuto intero (tuorlo e albume) non dovrà recare macchie di sangue, né emanare odori estranei.

OVOPRODOTTI BIOLOGICI

Non è ammesso l'uso di altri ovoprodotti non biologici.

Servono per confezionare frittate e qualunque preparazione in cui compaiano come ingredienti le uova: polpette, dolci, ecc.

Sono prodotti d'uovo ottenuti dopo rimozione del guscio e della membrana (di solo tuorlo, di solo albume, di miscele) in forma di:

- liquidi pastorizzati
- liquidi pastorizzati disidratati granulari
- liquidi pastorizzati disidratati surgelati granulari

la cui produzione, il confezionamento e il trasporto sono normati dal D. Lvo n. 65 / 4.02.1993 s.m.i.

Si richiede relativa scheda tecnica.

LATTE BIOLOGICO

La fornitura riguarda il latte:

- fresco intero pastorizzato
- UHT a media conservazione

dovrà avere un tenore in materia grassa non inferiore al 3,2% e osservare le prescrizioni stabilite dal D.P.R 54/97.

Sulle confezioni dovrà essere indicata la data di scadenza, come da Reg. CE 2597/97 s.m.i.

Si richiede al fornitore prova della fosfatasi negativa. Inoltre il latte fresco pastorizzato deve essere trasportato con idonei mezzi, mantenendo le temperature richieste dal DPR 327/80 s.m.i.

Il latte parzialmente scremato verrà utilizzato a seconda di richieste dietetiche.

BURRO BIOLOGICO

Si richiede la fornitura di burro prodotto con crema di latte vaccino intero biologico. Non deve contenere sostanze estranee alla composizione della crema di latte vaccino, contenere come conservante esclusivamente il cloruro di sodio, non deve risultare alterato, e deve avere un tenore minimo di grasso dell'82% (metodo Gerber). Inoltre il burro dovrà essere trasportato con idonei mezzi, mantenendo le temperature di +1/+6°C.

E' escluso il burro da crema di centrifuga da siero.

FORMAGGI: almeno il 30% in peso deve essere biologico o, se non disponibile, a marchio di qualità DOP o IGP o «di montagna» in conformità al regolamento (UE) n. 1151/2012 e al regolamento (UE) n. 665/2014.

Non devono essere presenti condizioni di rigonfiamento, fessurazione, screpolature, rammollimento, parassiti e contenuto microbiologico elevato.

Devono essere assenti microrganismi patogeni quali salmonella e listeria monocitogenesi.

In tutti i formaggi non devono essere presenti additivi.

FORMAGGI E LATTICINI

La fornitura riguarda i seguenti tipi di **formaggi vaccini di produzione nazionale o locale o regionale:**

- grana parmigiano reggiano, grana padano;
- formaggi molli da tavola (robiola, crescenza, stracchino, quartirolo, taleggio, fontina, casatella, latteria, ricotta, malga, pannarello);
- formaggi a pasta filata (mozzarella, bocconcini, ovoline di mozzarella, provole e caciotte);
- Montasio e Asiago.

Le caratteristiche di tali formaggi devono corrispondere a quelle fissate dalle disposizioni legislative vigenti, inoltre dovranno essere applicate tutte le caratteristiche che vengono indicate dai vari consorzi di provenienza.

Per il parmigiano reggiano è richiesta una stagionatura minima di 18 mesi.

I formaggi devono essere prodotti con tecnologie e a partire da materie prime in conformità alle norme previste dal D.P.R. 54/97.

I formaggi non devono presentare alterazioni esterne o interne.

Devono essere accompagnati da una dichiarazione riportante le seguenti informazioni:

- tipo di formaggio;
- nome del produttore;
- luogo di produzione;
- nome del venditore;
- eventuali additivi consentiti aggiunti;
- peso di ogni forma o confezione;
- lotto di produzione.

Il trasporto deve avvenire con mezzi idonei ed i prodotti freschi devono essere mantenuti a temperature tra 0° e 4° C DPR n. 327 art. 47 - 52 (prodotti 1.1, 1.2, 1.3, 1.6).

Caratteristiche del Parmigiano Reggiano:

- dovrà essere sempre di 1^a qualità, quindi senza difetti interni. E' vietato l'uso di formaggio Parmigiano Retinato.

Si richiede relativa scheda tecnica.

YOGURT BIOLOGICO

INTERO-MAGRO-ALLA PUREA DI FRUTTA

Con tale termine si indica quel prodotto liquido o semi liquido ottenuto esclusivamente con latte vaccino in seguito a sviluppo di particolari microrganismi (*Lactobacillus bulgaricus* e *Streptococcus thermophilus*) in

determinate condizioni. E' permessa l'aggiunta di omogeneizzati di frutta biologica. Il contenuto di sostanza grassa deve corrispondere a quello contenuto nel latte impiegato, fatta eccezione allo yogurt magro che può avere un contenuto fino all'1%. Deve presentare un'acidità lattica non inferiore allo 0,6%.

Non deve contenere caglio; il prodotto alla frutta non deve contenere anti-fermentativi.

La legge che lo regola è la n° 994 del 9/5/29 e s.m.i.

Si richiedono la composizione bromatologica e la carica batterica specifica con analisi non anteriore a tre mesi.

Le confezioni di yogurt devono riportare le indicazioni relative al latte impiegato e al termine minimo di conservazione con la dicitura "da consumarsi entro il.....".e con un tempo lungo di scadenza.

Il trasporto deve avvenire in condizioni igienico-sanitarie ineccepibili e alla temperatura di +2/+4°C.

Si richiede relativa scheda tecnica.

PANNA BIOLOGICA

Panna da crema di latte, grasso minimo 20%. Prodotta e commercializzata secondo la L. n°169 del 3/5 1989 e s.m.i .

Si richiede relativa scheda tecnica.

OLIO:

come grasso vegetale per condimenti deve essere usato l'olio extravergine di oliva. Per almeno il 40% in capacità l'olio extravergine di oliva deve essere biologico.

Olio di oliva extra vergine: il prodotto deve corrispondere a quello classificato, ai sensi della vigente legislazione in materia, con la denominazione "olio extravergine di oliva con meno dell'1% in peso di acidità".

Dovrà avere odore, colore e sapore caratteristici del suddetto prodotto e dovrà essere consegnato in bottiglie scure o lattine da 1 litro.

Dovrà inoltre rispettare il DM 31/10/87 n. 509 e s.m.i.

Si richiede la fornitura di oli dei seguenti semi:

- girasole
- mais
- arachide
- soia

Essi dovranno avere un'acidità libera totale massima dello 0,5% in peso, essere privi di tracce delle sostanze usate per l'estrazione/purificazione e avere odore, colore, fluidità e limpidezza caratteristici dei prodotti di qualità.

Si richiede relativa scheda tecnica.

PANE FRESCO BIOLOGICO

Il pane di tipo "0" dovrà essere confezionato con un contenuto di umidità per la pezzatura, non superiore al 29%. Ai sensi della legge 580 s.m.i. il pane sarà prodotto con farina di grano tenero tipo "0" con aggiunta del 50% in meno di cloruro di sodio. La farina impiegata deve possedere la caratteristica della legge vigente.

Il pane non deve essere trattato con agenti imbiancanti o additivi, nè contenere margarina.

In particolare, dovrà essere:

- ❖ fresco di giornata,
- ❖ non caldo,
- ❖ di pezzatura di gr. 40 circa, fino ad un massimo di gr. 60,
- ❖ di forme varie, lievitato regolarmente e ben cotto,
- ❖ avere odore e sapore gradevoli (mai rancido),
- ❖ avere la crosta uniforme e esente da macchie, di giusto spessore, priva di fessure, di colore bruno dorato lucente e friabile,
- ❖ avere la mollica asciutta, non attaccaticcia, bianca, uniformemente occhiata, spugnosa ed elastica e non deve impastarsi alla masticazione o sotto la pressione delle dita,
- ❖ l'impasto del pane deve risultare privo di "grumi" di farina ed all'esame al microscopio non devono risultare elementi estranei e tanto meno farine di altra specie.

Le caratteristiche analitiche del pane devono:

- ❖ identificarsi con quelle degli sfarinati con i quali il pane è stato prodotto, fatta eccezione per le ceneri per le quali è tollerata una maggiorazione dello 0,05%

La fornitura deve:

- ❖ essere consegnata all'utenza in opportuni sacchetti di carta a perdere, chiusi in contenitori lavabili. in corretto stato igienico e di manutenzione per i vari plessi scolastici.
- ❖ Si richiede relativa scheda tecnica.

PANE DI FARINA INTEGRALE O SEMI-INTEGRALE

Deve essere confezionato con farina integrale (umidità max 14,50%, ceneri max 1,60%, cellulosa max 1,60, glutine minimo 10%).

Per il pane integrale è consentito un aumento del 2% del contenuto di umidità. Come per il pane di tipo "0" gli ingredienti al di fuori della farina devono essere: acqua, sale, lievito e malto.

Il pane dovrà essere consegnato inserito in sacchetti di carta ("da pane") oppure di materiale plastico atossico per alimenti, a perdere. Questi sacchetti saranno trasportati in idonei contenitori con coperchio.

Si richiede relativa scheda tecnica.

PER LE MERENDE FORNIRE, SECONDO IL MENU' PRESTABILITO, PANE CON GOCCE DI CIOCCOLATO.

PASTA BIOLOGICA

Si richiede la fornitura di "pasta di semola di grano duro" ai sensi della legge n.580/67 titolo IV art.28 e 29 e successive modifiche presenti nella legge n. 440 del 8/06/71. Dovrà essere priva di farine estranee, additivi e coloranti di qualsiasi natura. Dovrà risultare idonea alle "prove di cottura" standard. Dovrà essere assolutamente esente da muffe e parassiti di qualsiasi tipo.

Dovranno essere utilizzati formati idonei all'età degli utenti e variati con frequenza.

Si richiede relativa scheda tecnica.

PASTA RIPIENA FRESCA

La fornitura riguarda prodotti della categoria "paste alimentari speciali fresche di farina di grano tenero e/o semola di grano duro all'uovo con ripieno" dei tipi comunemente chiamati "tortellini, ravioli, tortelloni".

Il ripieno dovrà essere costituito da:

1. carni bovine addizionate da altri ingredienti tra quelli consentiti dal D.M. 27.09.1967 ad esclusione delle carni suine fresche, di aromi o droghe non idonee;
2. spinaci e ricotta addizionati con altri ingredienti tra quelli elencati nel D.M. 27.09.1967 ad esclusione delle droghe.

Non dovrà esservi presenza di additivi chimici a funzione conservante.

Sono ammesse, per la conservazione, la tecnica del confezionamento sotto vuoto o in atmosfera modificata.

Le caratteristiche organolettiche saranno valutate dal Dietista del Comune che si riserva la facoltà di far eseguire analisi di laboratorio su campioni.

Queste paste devono garantire una buona tenuta alla cottura, senza spezzettamento o perdite di ripieno, nelle condizioni operative caratteristiche di un servizio mensa con o senza trasporto.

Le paste devono essere confezionate in sacchetti sigillati di peso non inferiore ai Kg. 0,4 e non devono superare i Kg. 2, imballate in contenitori di cartone.

Sulle confezioni e/o sugli imballi devono essere riportate le seguenti indicazioni in lingua italiana:

- la sede dello stabilimento;
- la denominazione e il tipo di pasta;
- il peso netto;
- gli ingredienti del ripieno in ordine decrescente rispetto alla quantità;
- la data di fabbricazione;
- la durata di conservabilità;
- le modalità di conservazione.

Si richiede di reperire sul mercato raviolini e tortellini ripieni di formaggio e spinaci (“di magro”) di dimensioni inferiori ai “tortelloni”, corrispondenti piuttosto alle dimensioni dei tortellini di carne.

Si richiede relativa scheda tecnica.

RISO BIOLOGICO o CONVENZIONALE

E' richiesta la fornitura di riso del tipo “Carnaroli” o “fino ribe parboiled” o “Vialone Nano” con i requisiti fissati dalle Leggi 325/'58 e 586/'62 e s.m.i..

La denominazione del riso, gruppo di appartenenza, le caratteristiche, l'indicazione delle tolleranze consentite e dei relativi limiti sono quelle delle tabelle annesse al D.P.R. (pubblicato annualmente ai sensi delle Leggi citate) in vigore al momento della consegna.

Il riso dovrà comunque essere dell'ultimo raccolto ed avere subito una lavorazione di secondo grado, essere fresco di pila, ben secco, ben spagliato e mercantile sulla buona media dell'annata; dovrà risultare privo di punteggiature, perforazioni, odori di muffa e di impurità (come granelli, corpi estranei ed insetti); non dovrà essere né alterato né avariato; dovrà infine resistere alla cottura per non meno di 15 minuti senza che i grani subiscano un'eccessiva alterazione di forma.

Il riso dovrà essere consegnato in sacchi di rafia o in scatole di cartone da Kg. 1,00 a Kg. 5,0 ben sigillati ed in ottimo stato, tali da garantire l'integrità del prodotto e con le indicazioni previste dall'art. 5 della Legge 18.03.'58 n. 325.

Si richiede relativa scheda tecnica.

PRODOTTI SURGELATI (A - B - C - D)

Devono essere preparati e confezionati in conformità alle norme vigenti. Le materie prime utilizzate alla surgelazione devono essere di 1^a qualità così come essa è definita dalla scienza merceologica e dalle consuetudini del mercato.

Devono essere sane, in buone condizioni igieniche, in stato di naturale freschezza e non avere subito precedenti processi di congelamento.

Il trasporto deve essere effettuato con mezzi idonei (D.M. 15.06.1971) e la temperatura non deve scendere al di sotto del -18° C. (D.P.R. 327 art. 52). Le confezioni devono possedere i requisiti previsti (art. 13 D.M. 15.06.1971) e cioè avere caratteristiche idonee ad assicurare protezione delle qualità organolettiche e qualitative del prodotto, proteggendo anche il prodotto da contaminazioni batteriche, impedendo il più possibile la disidratazione e la permeabilità ai gas e non cedendo al prodotto sostanze ad esso estranee.

Sulle confezioni deve essere riportata la data di confezionamento e/o scadenza (D.P.R. 322 del 18.05.1982) e dovrà essere mantenuta la confezione originale o l'etichetta durante l'uso del prodotto.

I prodotti non devono presentare segni comprovanti un avvenuto parziale o totale scongelamento, tipo formazioni di cristalli di ghiaccio sulla parte esterna della confezione o "blocchi" di ghiaccio all'interno.

(A) PESCI (su indicazione dei CAM 2020)

I prodotti ittici somministrati, sia freschi che surgelati o conservati, devono essere di origine FAO 37 o FAO 27, rispettare la taglia minima di cui all'All. 3 del regolamento (CE) n. 1967/2006 e non appartenere alle specie e agli stock classificati «in pericolo critico», «in pericolo», «vulnerabile» e «quasi minacciata» dall'Unione Internazionale per la conservazione della Natura (<http://www.iucnredlist.org/search> oppure <http://www.iucn.it/categorie.-php>).

Le specie di prodotti ittici da pesca in mare ammesse sono, ad esempio:

le muggini (cefalo, Mugil spp.), le sarde (*Sardina pilchardus*), il sigano (*Siganus rivulatus*, *Siganus luridus*), il sugaro (*Trachurus mediterraneus*), la palamita (*Sarda sarda*), la spatola (*Lepidopus caudatus*), la platessa (*Pleuronectes platessa*), il merluzzo carbonaro (*Pollachius virens*), la mormora (*Lithognathus mormyrus*), il tonno alletterato (*Euthynnus alletteratus*), il tombarello o biso (*Auxis thazard thazard*), il pesce serra (*Pomatomus saltatrix*), il cicereello (*Gymnammodytes cicereus*), i totani (*Todarodes sagittatus*).

Sono conformi i prodotti ittici certificati nell'ambito di uno schema sulla pesca sostenibile basato su un'organizzazione multistakeholder ampiamente rappresentativa, che garantisca che il prodotto appartenga a stock ittici il cui tasso di sfruttamento presenti mortalità inferiore o uguale a quella corrispondente al Massimo Rendimento Sostenibile e sia pescato in conformità alla normativa settoriale quale il Marine Stewardship Council, il Friend of the Sea o equivalenti.

Sono parimenti ammessi anche prodotti ittici non certificati.

Se somministrato pesce di allevamento, sia di acqua dolce che marina, almeno una volta durante l'anno scolastico deve essere somministrato pesce biologico o certificato nell'ambito del Sistema di Qualità Nazionale Zootecnia o pesce da «allevamento in valle».

Come pesci di acqua dolce sono ammessi la trota (*Oncorhynchus mykiss*) e il coregone (*Coregonus lavaretus*) e le specie autoctone pescate nell'Unione europea.

Non è consentita la somministrazione di «pesce ricomposto» né prefritto, preimpanato, o che abbia subito analoghe lavorazioni da imprese diverse dall'aggiudicatario.

Si richiede la fornitura dei seguenti prodotti (surgelati e non):

- filetti di *pleuronectes platessa*
- filetti di merluzzo, cuori di merluzzo
- coda di rospo
- spinarolo

- tonno fresco
- filetti, Hamburger di trota
- seppie

e quanto indicato dai CAM.

Tutto il pesce congelato dovrà essere conforme al D.l.vo. 531/92 e successive modifiche. Il prodotto dovrà presentarsi pulito, completamente spinato e privato della pelle. I pezzi dovranno essere stati surgelati individualmente e non in blocco e confezionati in strati interfogliati, per consentire l'eventuale uso parziale delle confezioni. La % di glassatura dovrà essere dichiarata in etichetta.

Il prodotto non deve essere stato trattato con antibiotici o antisettici e non deve avere subito fenomeni di scongelamento.

Non verranno accettati prodotti la cui eventuale glassatura sia superiore al 20% del peso lordo.

Le singole confezioni (Kg. 1 - 10) dovranno essere originali, sigillate dal produttore, tali da garantire l'autenticità del prodotto e dovranno avere caratteristiche tali da:

- a) proteggere le proprietà organolettiche del prodotto
- b) proteggere il prodotto dalla disidratazione e da contaminazioni esterne.

Saranno valutati anche i prodotti freschi dopo relativa scheda tecnica e dichiarazione d'idoneità sanitaria e per tutti la Zona di provenienza FAO (27 o 37).

(B) - ORTAGGI

I tipi di verdure richieste sono i seguenti:

- Minestrone
- Bieta
- Spinaci
- Piselli finissimi (calibro 7,5 - 8,2 mm.)
- Fagioli
- Fagiolini (senza fili, calibre 8,5 - 9,5 mm.)
- patate novelle (USO LIMITATO)
- Carotine a rondelle o mignon (USO LIMITATO)
- Patate a spicchi (USO LIMITATO)
- Rosette di cavolfiore (USO LIMITATO)
- Basilico e prezzemolo

(C) - ALTRI PRODOTTI

GNOCCHI di PATATE

Il prodotto dovrà presentarsi per essere consumato asciutto; il formato deve quindi essere consono allo scopo

Si richiedono i seguenti ingredienti:

- Patate;
- farina di grano duro;
- Sale.

Gli gnocchi devono essere esenti da additivi in genere, ed in particolare da coloranti e conservanti.

Il prodotto offerto deve essere accompagnato da analisi microbiologica recente attestante la carica microbica.

La confezione deve essere a norma della legge e l'etichettatura deve riportare: composizione, data di scadenza e produzione, nome della ditta produttrice.

Si richiede relativa scheda tecnica.

D) PASTA SFOGLIA per DOLCI e PASTA per LASAGNE

Sfoglie di pasta all'uovo e non, di dimensioni atte all'alloggiamento in teglie Gastronorm. La sfoglia deve essere infornata direttamente, senza previo passaggio in acqua bollente per la preparazione delle lasagne.

Si richiede relativa scheda tecnica.

GENERI ALIMENTARI IN SCATOLATI

POMODORI PELATI SUPERIORI TIPO SAN MARZANO BIOLOGICI

Devono possedere i requisiti merceologici minimi previsti dalla Legge D.P.R. n° 428 dell'11.04.1975, art. 4.

- I pomodori devono essere maturi, sani, freschi, ben lavati, privi di larve, insetti e difetti dovuti a malattie, presentare il caratteristico colore, odore e sapore del pomodoro maturo;

- il peso dello sgocciolato non deve essere inferiore del 70% del peso netto e il residuo secco al netto del sale aggiunto non inferiore al 4,5%.

I contenitori in banda stagnata, di pezzatura fino a 5 Kg., non devono presentare difetti, tipo ammaccature, fondi bombati, punti di ruggine o punti di corrosione interni.

La banda stagnata deve possedere i requisiti previsti dalla Legge del 30.04.1962 n. 283 e D.M. 21.03.1973 e successive modificazioni.

Ogni contenitore deve riportare le dichiarazioni del tipo di prodotto, luogo di provenienza e L'Industria Alimentare confezionatrice e produttrice, scadenza, peso netto e peso sgocciolato.

Il peso netto effettivo deve presentare uno scarto rispetto al dichiarato inferiore all'1% per confezioni di peso comprese tra 1 e 5 Kg. (art. 67 del D.P.R. n. 327 del 26.03.1980).

Si richiede relativa scheda tecnica.

PASSATA DI POMODORO BIOLOGICA

La "passata di pomodoro" sarà costituita da pomodoro e sale (0,25%) con residuo secco minimo 6%; sarà totalmente priva di sostanze antifermentative e di coloranti artificiali. Sarà preferibilmente confezionata in accoppiato di cartone (tetra brik) o vetro e sarà debitamente etichettata come da D.P.R. n. 322/18.05.'80 e D. L.vo n° 109 del 27/01/92.

Si richiede relativa scheda tecnica.

Indicazione CAM 2020: Pelati, polpa e passata di pomodoro almeno il 33% in peso devono essere biologici.

TONNO e SGOMBRO ALL'OLIO D'OLIVA

Ai sensi del R.D.L. 7/7/27 n. 1548 e dei D.M. 29/3/74, 13/5/76, 14/12/71.

Si considera la pesca Zone FAO 37 e 27

Tonno delle specie di cui all'art. 6 del R.D.L. 1548/27, inscatolato in contenitori metallici. Il limite di contaminazione di mercurio non deve superare quello previsto dalla legge di 0.7mg/kg; si richiede un reperto analitico recente o una dichiarazione attestante i limiti richiesti. L'olio di governo deve essere di oliva.

Si richiedono prodotti di qualità: poco salati, di gusto delicato, di consistenza soda ma tenera, non stopposo, compatto e non sbriciolato, di colore omogeneo, con fasce muscolari integre derivanti da un unico trancio di pesce, assenza di parti esterne e di acqua.

I contenitori non devono presentare difetti come ammaccature, punti di ruggine, corrosioni interne o altro e devono possedere i requisiti previsti dalla legge n. 283 del 30/04/62 e D.M. 21/03/73 e s.m.i.

Si richiede relativa scheda tecnica.

ALTRI PRODOTTI

Tutti i prodotti sottoelencati dovranno conformarsi alle normative vigenti, sia in termini qualitativi che di confezionamento ed etichettatura e con relativa scheda Tecnica.

- aceto di vino rosso in bottiglia da L.1 (uso cucina);
- aceto di mele per i refettori;
- acqua oligominerale naturale batteriologicamente pura;
- vino bianco o rosso da tavola (uso cucina);
- succhi di frutta biologici senza zucchero aggiunto;
- nettare di frutta biologico mono-porzione;
- bevande alla frutta biologiche;
- Infusi, the;
- olive verdi denocciolate e non; olive nere, capperi in salamoia, cipolline e cetriolini, insalatina sott'aceto, carciofini e funghetti sott'olio di oliva per piatti particolari o tipici;
- confettura di frutta biologica in vasetto;
- confettura di frutta biologica monodose;
- polpa di frutta biologica;
- miele vergine monofiore monodose o in barattolo;
- Erbe aromatiche fresche (basilico, prezzemolo, rosmarino, salvia, etc.)
- Erbe aromatiche seccate (origano, alloro, maggiorana, etc.);
- Polpette vegetali a base di legumi
- Legumi secchi biologici
- lievito di birra secco attivo;
- sale grosso e fino in confezioni da Kg. 1;
- fette biscottate monoporzione;
- crackers monoporzione senza sale in superficie
- zucchero;
- cacao in polvere;
- preparato per budino
- budini cioccolato o vaniglia UHT preferibilmente biologici;

- Tavolette di cioccolata: devono provenire da commercio equo e solidale nell'ambito di uno schema di certificazione riconosciuto o di una multistakeholder iniziative quale il Fairtrade Labelling Organizations, il World Fair Trade Organization o equivalenti (CAM 2020) (**indicazioni CAM**)
- Farina di mais, grano tenero e OO biologica o convenzionale;
- fecola di patate e tapioca;
- preparato per dolce plumcake
- fecola di patate e tapioca;
- Semolino;
- orzo perlato;
- Orzo solubile;
- base bianca o integrale per pizza;
- Maionese;
- Preparato biologico per brodo vegetale granulato senza glutammato e senza lattosio: (il prodotto dovrà essere conforme alle disposizioni del D.P.R. n. 327 del 26.03.'80 s.m.i. e dovrà avere l'apposita autorizzazione del Ministero della Sanità il cui n. deve essere specificato.)
- Panettoni, focacce, pandoro, colombe pasquali, pane con uva.
- Tutti i prodotti per Celiaci devono essere compatibili con il menù previsto.
- I prodotti dietetici saranno concordati con il/la Dietista dell'Ente concedente.

PRODOTTI ORTOFRUTTICOLI FRESCHI BIOLOGICI.

I prodotti ortofrutticoli dovranno essere classificati di prima/seconda categoria, esenti da evidenti difetti, di presentazione accurata e comunque corrispondenti alle norme di qualità CE 834/2007 e 2018/848, favorendo il consumo di prodotti di provenienza regionale e/o nazionale.

I prodotti convenzionali, soggetti a regolamentazione, dovranno rispondere al D.M.28/12/2001 e D.L.306/2002.

Si concede l'uso di prodotti ortofrutticoli convenzionali per motivi legati alla disponibilità di mercato.

Ogni imballaggio deve recare, in caratteri raggruppati su uno stesso lato, leggibili, indelebili e visibili all'esterno, le seguenti indicazioni:

- Identificazione dell'imballatore e/o speditore;
- Natura del prodotto (nome del prodotto e tipo commerciale), se il contenuto non è visibile dall'esterno;
- Nome della varietà;
- Origine del prodotto (paese d'origine ed eventualmente zona di produzione);
- Caratteristiche commerciali (categoria e calibro);
- Marchio ufficiale di controllo.

Sono esclusi dalla somministrazione i prodotti ortofrutticoli che:

1. Abbiano subito procedimenti artificiali, impiegati al fine di ottenere anticipata maturazione, ovvero che siano danneggiati per eccessiva conservazione; eventuali trattamenti consentiti dalla Legge devono essere dichiarati sull'esterno degli imballi;

2. Siano attaccati da parassiti animali, vegetali, e larve in attività biologica esistenti all'interno della frutta o della verdura, scudetti di coccidi aderenti all'epicarpo, dermatosi, incrostazioni nere di fumaggine, tacche, spacchi semplici o raggianti, necrosi, ecc.;

FRUTTA FRESCA - AGRUMI.

La frutta fresca e gli agrumi da somministrare devono essere di selezione accurata e in particolare devono:

1. Presentare le caratteristiche organolettiche delle specie e delle coltivazioni richieste;
2. Aver raggiunto la maturità fisiologica che li renda adatti al consumo nello spazio di due o tre giorni;
3. Essere omogenei e uniformi, e le partite, in relazione alle rispettive ordinazioni, composte da prodotti appartenenti alla stessa specie botanica e alla medesima coltivazione e zona di produzione;
4. Essere turgidi, non bagnati artificialmente, né trasudanti acqua di condensazione in seguito a improvviso sbalzo termico dovuto a permanenza del prodotto nella cella frigorifera.

Oltre alle suddette caratteristiche, alcuni prodotti dovranno presentare requisiti così specificati:

MELE: devono presentare frutti interi puliti senza residui di prodotti antiparassitari, privi di umidità esterna, privi di odori o sapori estranei raccolti con cura e buon grado di maturazione con forma, colore e sviluppo tipici delle varietà. Sono ammessi difetti della buccia purché non compromettano l'aspetto generale e la conservazione. Sono escluse mele con polpa farinosa. Devono conservare il peduncolo. La grammatura deve essere compresa nei limiti di gr. 150.

PERE: devono possedere le stesse caratteristiche generali riportate per le mele, ivi compresa la grammatura.

ARANCE: oltre a possedere le caratteristiche generali riportate per le mele, ivi compresa la grammatura, dovranno essere esenti da ogni danno o alterazione esterna e da inizio di "asciutto interno". Le arance devono provenire dalle zone di produzione della Sicilia e saranno ordinate nei periodi tipici di consumo di ciascuna varietà. Contenuto minimo in succo 30 - 35%.

PESCHE:(varietà a pasta gialla e pasta bianca): oltre a possedere le caratteristiche generali riportate per le mele. Il calibro minimo non deve essere inferiore a 6 cm.: in ogni caso il peso non deve superare i 180 gr.

LIMONI: devono essere di forma ovoidale con epicarpo liscio, gli stessi devono essere indenni da alterazioni di natura parassitaria o prodotta da fumigazioni cianidriche o fitofarmaci, nonché da infezioni di batteri o funghi, inoltre non devono presentare lesioni e/o cicatrizzazioni di origine meccanica, la pezzatura deve essere compresa nei limiti di gr. 110/150, i frutti devono essere ricchi di succo a pieno turgore e con semi non germogliati. Contenuto minimo in succo 25%.

UVA: deve essere costituita da grappoli aventi bacche asciutte, mature e di colorazione conforme, i grappoli devono presentarsi di media lunghezza rispetto alla coltivazione, rimondati, privi di accentuata acinellatura, nonché privi di bacche difettose, ammaccate, marcescenti e passerinate.

BANANE: devono essere verdi e non mature, intere, sane, pulite, sode. Esse devono essere esenti da ammaccature, residui di pistilli, malformazioni. Devono essere curve normalmente e con presenza del peduncolo intatto. La lunghezza minima è fissata in 14 cm., il diametro minimo 2.7 cm.

ACTINIDIA (KIWI): i frutti devono presentare buccia integra e punto di inserzione ben cicatrizzato. La polpa deve essere di giusta consistenza, profumata, saporita e senza alterazioni da parassiti vegetali, animali o da virus. La pezzatura non deve essere inferiore ai 45 mm. di diametro e ai 60 g. di peso unitario.

MANDARINI - MANDARANCI: devono possedere le caratteristiche generali riportate alla voce mele. La grammatura deve essere compresa nei limiti di gr. 60/70. Contenuto minimo in succo 33 - 40%.

ALBICOCHE: devono possedere le caratteristiche generali riportate alla voce mela: la grammatura deve essere compresa nei limiti di gr. 60/70.

CILIEGE: oltre a possedere le caratteristiche generali riportate per le mele, i frutti devono essere provvisti di peduncolo ed esenti da bruciature, lesioni, ammaccature e difetti causati dalla grandine. Il calibro minimo ammesso è di mm. 15 per i frutti delle varietà precoci e di mm. 17 per quelli delle altre varietà.

Tutti gli altri prodotti che potranno essere ordinati, pompelmi, meloni, cocomeri, ecc. a seconda della stagione e delle disponibilità di mercato, dovranno presentare le caratteristiche merceologiche ed organolettiche tipiche di ogni singolo prodotto.

Si fa presente che tutta la frutta deve rispettare **la stagionalità e la varietà di fornitura**.

VERDURE (Ortaggi a radice, a bulbo, a frutto, a seme, a fiore, a fusto, a foglia)

Le verdure da somministrare devono essere di prima categoria, di selezione accurata ed esente da difetti, inoltre devono:

- a) corrispondere alle precise caratteristiche merceologiche delle specie e qualità richieste;
- b) appartenere alla stessa specie botanica e zona di provenienza, in relazione alle specie e alle coltivazioni ordinate;
- c) essere asciutte e prive di terrosità sciolte o aderenti, nonché di corpi o prodotti estranei;
- d) essere fresche e omogenee per maturazione;
- e) essere di pezzatura uniforme a seconda delle specie e coltivazioni ordinate;
- f) essere prive, secondo gli usi e le disposizioni del mercato locale, di parti o porzioni non direttamente utilizzabili e non strettamente necessarie alla normale conservazione del corpo vegetale reciso;
- g) essere esenti da qualsiasi difetto che possa alterare, a giudizio insindacabile del Comune, i caratteri organolettici delle verdure e/o degli ortaggi.
- h) come per la frutta **si raccomanda la stagionalità** dei prodotti forniti per ridurre la presenza di nitriti e nitrati.

In particolare:

PATATE: devono essere di morfologia uniforme, con pezzatura non inferiore a mm. 45 e devono avere le caratteristiche proprie di ogni singola coltivazione nazionale o estera. Le patate devono essere selezionate per qualità e pezzatura e le singole partite devono appartenere a una sola coltivazione e varietà. La pezzatura può essere inferiore a quella scritta soltanto nel caso del prodotto novello. Sono escluse dalla fornitura le patate che presentino tracce di verde (solanina) e di parassitari, da virosi e alterazioni diverse, quali il gigantismo. Le patate devono essere spazzolate, esenti da odori, tanfi e retrogusti di qualunque origine, che si avvertono prima o dopo la cottura del vegetale.

CAROTE: devono essere sane, pulite, consistenti, prive di traccia di terra o di altre sostanze estranee, non germogliate, né legnose, né biforcute, prive di odori e sapori estranei, prive di umidità esterna, intere, di aspetto fresco.

CIPOLLE: i bulbi devono essere interi, sani, puliti, sufficientemente secchi per l'uso previsto (per le cipolle provenienti dalla conservazione, almeno le prime due tuniche esterne e l'eventuale stelo devono essere completamente secchi). I bulbi devono essere resistenti e compatti. Il calibro è fissato da mm. 40 a mm. 30.

POMODORI DA INSALATA: devono essere interi, sani, puliti, privi di umidità esterna, privi di odori e sapori estranei. Devono avere la polpa resistente, senza ammaccature e screpolature. Il grado di maturazione dei pomodori deve essere omogeneo e tale che li renda adatti al consumo nello spazio di due o tre giorni.

ZUCCHINE: devono essere intere e munite di peduncolo, consistenti, prive di umidità esterna e di odori e sapori estranei, di sviluppo sufficiente, ma con semi appena accennati e teneri. La pezzatura deve essere omogenea e compresa nei limiti di gr. 100/200.

ORTAGGI A FOGLIA: devono essere sani, interi, puliti e mondati, turgidi, non premuti, privi di umidità esterna anormale, privi di odori e sapori estranei, privi di foglie gialle o rinsecchite. Coste, erbe, prezzemolo, spinaci, possono essere presentati in foglie o cespi, senza stelo fiorifero e con le caratteristiche generali di cui sopra.

INSALATA: (varietà cicoria bianca lunga, indivia, scarola, radicchio rosso, lattuga a cappuccio e iceberg) oltre a possedere le caratteristiche degli ortaggi a foglia, si precisa che le insalate riccia e scarola devono essere sufficientemente sbiancate e mondate di foglie verdi. Le insalate devono avere cespi interi, turgidi, di sviluppo normale, consistenti, non aperti e di pezzatura corrispondente alla normativa CE.

FINOCCHI: i grumoli dovranno essere consistenti, non prefioriti, privi di germogli visibili all'esterno. Le radici dovranno essere asportate con taglio netto alla base del grumolo. La lunghezza delle coste fogliari della parte centrale non dovrà superare i cm. 10. Le guaine esterne dovranno essere serrate e carnose, tenere e bianche. Saranno ammesse lievi lesioni cicatrizzate e lievi ammaccature, tali da non pregiudicare l'aspetto generale. Il calibro minimo dovrà essere inferiore a cm. 6 (D.M. 25 agosto 1972). Saranno escluse dalla fornitura le finocchiette.

CAVOLI, VERZE, CAPUCCI: dovranno essere di peso non inferiore a gr. 300 e i cappucci dovranno presentarsi ben serrati:

MELANZANE: le bacche dovranno essere sufficientemente sviluppate (senza sviluppo eccessivo di semi) e con la polpa non fibrosa, consistenti, munite del calice e del peduncolo, che potrà essere leggermente danneggiato, esenti da bruciature di sole. Saranno ammesse lievi lesioni cicatrizzate, lievi ammaccature, e una leggera decolorazione nella zona stilare, tali da non pregiudicare l'aspetto generale e la cui superficie non superi i cm. quadrati 3. Il diametro minimo delle melanzane lunghe dovrà essere di cm. 4 e la lunghezza minima di cm. 10, per le melanzane globose il diametro minimo dovrà essere di cm. 7 (D.M. 30/5/1973).

PEPERONI: dovranno avere un peso variabile da gr. 150/ a gr. 300.

LEGUMI (fagioli – piselli - ceci - lenticchie): dovranno essere sani, secchi, ben selezionati, del nuovo raccolto, interi, uniformi e lisci, esenti da tarli, macchie, gessature e corpi estranei con le tolleranze non superiori a quelle ammesse dalle consuetudini commerciali per fagioli e legumi secchi di 1ª qualità.

Tutti gli altri prodotti che potranno essere ordinati (cetrioli, ravanelli, erbe aromatiche, aromi, sedano, prezzemolo, ecc.) a seconda della stagione e delle disponibilità del mercato, dovranno presentare tutte le caratteristiche merceologiche ed organolettiche tipiche di ogni singolo prodotto.

IMBALLAGGI

Gli imballaggi devono rispondere alle norme vigenti sui prodotti biologici e non.

Ogni collo dovrà contenere prodotti della stessa varietà e categoria impaccati a strati ordinati, di grandezza omogenea e, se esiste per essi la calibratura dello stesso calibro con le tolleranze sotto riportate.

In nessun caso i prodotti degli strati sottostanti potranno essere di categoria o calibro diverso da quelli dei prodotti visibili.

Gli ortaggi non dovranno essere deteriorati da un'eccessiva pressione pur se disposti ben serrati negli imballaggi. Gli imballaggi usati dal fornitore per la consegna delle merci resteranno di proprietà del fornitore che provvederà a ritirarli di volta in volta a sue spese e cura.

Sarà ammessa una tolleranza del 5% in numero o in peso dei prodotti non rispondenti alle caratteristiche della prima categoria, ma conformi a quella della categoria inferiore.

L'insieme delle tolleranze di qualità e calibro non potrà comunque superare il 10%. I prodotti ortofrutticoli, dovranno essere selezionati nello stesso collo in modo uniforme con una tolleranza pari al 5% in più o in meno rispetto ai calibri precedentemente indicati.

Normativa generale per la stesura delle Tabelle Merceologiche

Le norme specifiche per ogni tipologia di alimento sono citate nei vari capitoli delle tabelle allegare e sulla base del D.M.65 del 10 marzo 2020.

4) TABELLE DIETETICHE E MENU' SCUOLE PRIMARIE E SECONDARIA

La ristorazione collettiva e in particolare quella scolastica deve offrire un Servizio che garantisca un'attenzione particolare alla preparazione dei pasti ma non trascuri l'aspetto igienico - sanitario dei locali e del personale attuando l'autocontrollo (HACCP) confermato nel Regolamento CE 852/2004, per garantire la qualità e l'igienicità in tutte le fasi delle lavorazioni.

I menù prodotti sono il risultato di accurata analisi di tipo sanitario, legale, psicologico e gastronomico. Il pasto giornaliero per la ristorazione scolastica è regolamentato da un menù certificato e garantito da tabelle dietetiche prodotte secondo gli indirizzi scientifici degli Organi istituzionali e degli Enti Sanitari Mondiali, Nazionali e Regionali, ufficialmente riconosciuti, quali:

- O.M.S.,
- Codex Alimentarius,
- Espghan,
- Ministero della Salute
- Ministero delle Politiche Agricole Alimentari e Forestali dell'ITALIA,
- CREA -Mipaaf
- Regione del Veneto

GUIDA AL PROGETTO ALIMENTARE

Dopo più di 10 anni dall'ultima revisione, è stata pubblicata la revisione 2018-19 delle Linee Guida per una sana alimentazione, documento italiano di riferimento sulla sana alimentazione per i consumatori. L'obiettivo prioritario è la prevenzione dell'eccesso alimentare e dell'obesità, soprattutto nei bambini.

Gli obiettivi che gli esperti si sono prefissati si possono così indicare:

- 1. CONTROLLA IL PESO E MANTIENITI SEMPRE ATTIVO**
- 2. PIU' CEREALI INTEGRALI E LEGUMI**
- 3. BEVI OGNI GIORNO ACQUA IN ABBONDANZA**
- 4. + FRUTTA E ORTAGGI**
- 5. GRASSI: SCEGLI QUALI E LIMITA LA QUANTITA'**
- 6. ZUCCHERI, DOLCI, BEVANDE ZUCCHERATE : MENO E' MEGLIO**
- 7. IL SALE? MENO E' MEGLIO**
- 8. BEVANDE ALCOLICHE: IL MENO POSSIBILE**
- 9. VARIA LA TUA ALIMENTAZIONE – COME E PERCHE'**
- 10. CONSIGLI SPECIALI PER.....**
- 11. ATTENTI ALLE DIETE E ALL'USO DEGLI INTEGRATORI SENZA BASI SCIENTIFICHE**
- 12. LA SICUREZZA DEGLI ALIMENTI DIPENDE ANCHE DA TE**
- 13. SOSTENIBILITA' DELLE DIETE: TUTTI POSSIAMO CONTRIBUIRE**

Quest'azione propone a tutti un'alimentazione più sana ed equilibrata instaurando un rapporto piacevole con l'ambiente e con il cibo: obiettivo da raggiungere nel tempo con la collaborazione di genitori e insegnanti.

RIPARTIZIONE DEL FABBISOGNO ENERGETICO GIORNALIERO in Kcal/giorno (espresso in range) in 4 pasti principali, per fasce di età scolare.

Pasti	3- 6 anni	6-11 anni	11-15 anni
Colazione 15-20%	188-274	235-341	298-357
Pranzo 30-35%	438-640	548-796/MEDIA 671	694-833/MEDIA 763,5
Merende 5-10%	125-183	156-228/MEDIA92:2=46	198-238/MEDIA218:2=109
Cena 30-35%	438-640	548-796	694-833
Totale	1189-1737	1487-2161	1984-2380

La distribuzione bromatologica rispetta i L.A.R.N. (ediz. 3° millennio), prevedendo un apporto di Proteine pari al 15% delle calorie giornaliere, il 28-30% dai Lipidi e dal 55% circa dai Glucidi.

Si sottolinea che le raccomandazioni L.A.R.N. rappresentano una serie di dati orientativi.

<u>Primaria</u>	kcal	Protidi % 15	Lipidi % 30	Glucidi T. % 55	Calcio mg	Ferro mg
età 6-11 anni	1900/2000 Pranzo: 671					
Peso 23-33 kg		g 1.26/ kg			1000	9
altezza media 135cm						
Valori di range in g		28-42 Pranzo 11-17	64 g. Pranzo 26			
Omega 6 g/die			4.2 Pranzo 1.7			
Omega 3 g/die			1.1 Pranzo 0.4			
Zuccheri semplici %				16=77g . Pranzo 31		
Amido %				39=187 g. Pranzo 75		
Fibra 16 g./die-Pranzo 6.4 g.						

Secondaria I[^] grado	kcal	Protidi % 15	Lipidi % 30	Glucidi % 55	Calcio mg	Ferro mg
Età 11-15 anni	2200/2400 Pranzo: 864					
Peso 35-53 kg		g 1.17/ kg			1200	14
altezza media 160cm						
Valori di range in g		44.5- 62.5				
Omega 6 g/die			4.4-5.3 Pranzo 1.9			
Omega 3 g/die			1.1-1.3 Pranzo 0.5			
Zuccheri semplici %				16/17		
Amido %				39/43		
Fibra 25 g./die - Pranzo						

PROSPETTO DI DIETA GIORNALIERA SCUOLA PRIMARIA		
COLAZIONE:	Grammi	SOSTITUZIONI
Latte con orzo	200 ml.	1 vasetto di yogurt
Pane	40	pane biscotto 30 g fette biscottate biscotti 25 g
Zucchero	5	
Marmellata	30	Miele
ORE IO		
frutta fresca	150	Spremuta o 1 yogurt
PRANZO		
Pasta	70	Riso 40 g. Se in brodo + pane g. 30
Parmigiano	5	
Burro	5	
Olio di Oliva extra Vergine	10	

Carne magra (pollo,tacchino,manzo)	100	Formaggio g.50 uovo n °1 pesce g. 120 legumi g.60
Verdura di stagione (cotta o cruda)	130/50/100	
Olio di oliva extra Vergine	5	
Pane	50	
ORE 16		
Frutta fresca	150	Frullato spremuta
latte	150	yogurt
CENA:		
Pasta con Legumi	40+30 L.	Riso formaggio 50 g carne 80 g o 100g.pesce uova n° 1
Parmigiano Reggiano	5	
Olio oliva extra Vergine	10	
Verdura (cotta o cruda)	130/50/100	
Patate	150	pane g 40 pasta g. 30
Olio oliva extra V.	10	
Pane	50	

Kcal. 2016 P=75 (15%) L=67 (30%) HC=295 (55%)

SCUOLA PRIMARIA	GRAMMI
ALIMENTI PER IL PRANZO	
Gnocchi di patate o di semolino	150
Pasta o riso (in brodo)	40
Pasta o riso (asciutti)	70
Tortellini	40
Tortelloni	60
Farina di mais	150-200
Pizza margherita	150
Brodo di carne o di verdure	150-200
Parmigiano	5

Carne di manzo, pollo, tacchino	100
Pesce (congelato o surgelato)	120
Prosciutto	40
Formaggio fresco	50
Formaggio stagionato	30
Uova	N°1
Legumi freschi o surgelati	60
Legumi secchi	30
Verdure cotte e crude: carote, verdure di stagione	50-100
Patate, purea	150
Frutta fresca: di stagione	150
Pane bianco/integrale	50-60
Condimenti: olio e vergine di oliva/girasole/burro totale	20
Sughi (pomodoro-verdure-ragù etc.)	40
NOTA BENE: la frutta può essere sostituita da:	
Torta semplice	50
Marmellata o miele o cioccolato amaro	30
Yogurt intero o alla frutta	125
Budino o gelato (periodo estivo)	100

PROSPETTO DIETA GIORNALIERA SCUOLA SECONDARIA DI I^ GRADO		
COLAZIONE:	Grammi	SOSTITUZIONI
Latte con orzo	250 ml.	1 vasetto di yogurt
Pane	70	Pane biscotto 50g fette biscottate, biscotti 50 g
Marmellata	30	o miele
ORE 10		
Frutta fresca	150	
PRANZO		
Pasta	80	Riso 80
Parmigiano	10	
Burro/olio oliva e.v.	15	
Carne magra (pollo, tacchino,	100	Formaggio 60

manzo)		uova 1 e ½
o pesce	120	Legumi 80 g
Verdura di stagione (cruda o cotta)	100/150	
Olio di oliva extra vergine	15	
Pane	50	
ORE 16		
Pane	50	O fette biscottate 30g
Marmellata	30	o miele o prosciutto o formaggio
CENA		
Pasta con	40	O riso
Parmigiano reggiano	5	
olio oliva extra v.	10	O semi di girasole
Formaggio	60	Vedi pranzo
Verdura cruda o cotta	100/150	Vedi pranzo
Olio oliva extra v.	15	
pane	60	

Kcal. 2200

P.=80 (15%)

L.=73 (30%)

HC=322-370 (55%)

SCUOLA SECONDARIA DI I^ GRADO	GRAMMI
ALIMENTI PER IL PRANZO	
Gnocchi di patate o di semolino	200
Pasta o riso (in brodo)	40
Pasta o riso (asciutti)	80
Tortellini	40
Tortelloni	100
Farina di mais	200
Pizza margherita	250
Brodo di carne o di verdure	200
Parmigiano	10
Carne di manzo, pollo, tacchino	100
Pesce (congelato o surgelato)	150

Prosciutto	60
Formaggio fresco	60
Formaggio stagionato	50
Uova	N °1 1/2
Legumi freschi o surgelati	80
Legumi secchi	40
Verdure cotte e crude: carote, verdure di stagione	150-100
Patate, purea	200
Frutta fresca: di stagione	150-200
Pane bianco/integrale	50-60
Condimenti: olio e.vergine di oliva/girasole/burro crudo	15
Sughi vari	50
NOTA BENE: la frutta può essere sostituita da:	
Torta semplice	70
Marmellata o miele o cioccolato amaro	30
Yogurt intero o alla frutta	125
Budino	100
Gelato (periodo estivo)	100

ESEMPIO DI MENU' TIPO

MENU' INVERNALE 4-5 SETTIMANE

	PRIMI PIATTI	SECONDI PIATTI	CONTORNI	DESSERT
LUNEDI'	Tortellini Pasta bianca Pastina in brodo veg.	Fettina tacchino Formaggio	Purè Verdura cruda Patate	Frutta fresca Budino
MARTEDI'	Pasta gratinata Pastina in brodo veg. Pasta bianca	Formaggio Pollo	Verdura cotta Patate	Frutta fresca
MERCOLEDI'	Minestra di legumi Pasta bianca Pastina in brodo	Frittata Formaggio	Patate Verdura cotta Verdura cruda	Frutta fresca Yogurt
GIOVEDI'	Riso Pasta al burro Vellutata brodo veget.	Maiale arrosto Formaggio Pollo	Verdura cruda Verdura cotta Patate	Budino Frutta fresca
VENERDI'	Gnocchi Pasta bianca Pastina in brodo	Pesce Formaggio	Verdura cruda Patate	Yogurt Frutta fresca

Nota bene : le voci generiche riso, pasta, pollo, etc. verranno preparate, ricettate dalla Ditta e concordate con la dietista del Comune. Il menù deve essere esposto al pubblico. Possibile produrre piatto unico, menù "green" dopo accordi con la Scuola nella progettazione di un Piano di Educazione Alimentare. Le voci elencate in grassetto corrispondono al menù del giorno mentre le altre possono essere richieste in caso di necessità momentanea.

MENU' ESTIVO 4-5 SETTIMANE

	PRIMI PIATTI	SECONDI PIATTI	CONTORNI	DESSERT
LUNEDI'	Pizza Margherita Riso all'olio	Prosciutto Bistecca Formaggio	Verdura cruda Verdura cotta Patate	Frutta fresca Yogurt
MARTEDI'	Pasta con verdure Pasta bianca o pomodoro	Manzo Prosciutto cotto Formaggio	Patate Verdura cotta Verdura cruda	Frutta fresca
MERCOLEDI'	Riso Vellutata Pasta bianca	Pesce Formaggio Fettina di tacchino	Verdura cruda Verdura cotta Patate	Torta Frutta fresca
GIOVEDI'	Torta salata Pastina in brodo vegetale	formaggio pollo	Verdura cruda Patate	Frutta fresca
VENERDI'	Pasta al pesto Pasta bianca	Tacchino Formaggio	Patate Verdura Cruda	Gelato Frutta fresca

Nota bene: le voci generiche riso, pasta, pollo, etc. verranno preparate, ricettate dalla Ditta e concordate con la dietista del Comune.

Il menù deve essere esposto al pubblico. Possibile produrre piatto unico, menù "green" dopo accordi con la Scuola nella progettazione di un Piano di Educazione Alimentare.

Le voci elencate in grassetto corrispondono al menù del giorno mentre le altre possono essere richieste in caso di necessità momentanea.

CORRETTE INDICAZIONI PER L'APPLICAZIONE DEI MENU'

I Menù riportati sono degli esempi guida per il Concessionario che formulerà annualmente degli schemi in accordo con il Dietista dell'Ente concedente nel rispetto della stagionalità, delle preferenze dei giovani utenti con particolare attenzione all'educazione alimentare nella scelta delle varie pietanze.

Nell'applicazione dei menu previsti il concessionario deve seguire le sotto elencate indicazioni:

- Le grammature degli alimenti devono essere calcolate al netto e al crudo degli scarti;

- Usare il riso indicato dalle tabelle merceologiche;
- La pasta asciutta, nelle scuole primarie, è di media o piccola dimensione, cotta adeguatamente per facilitare la masticazione non completa dei bambini di questa età;
- La pasta al pomodoro, per il pasto veicolato, viene prima preparata bianca e, a richiesta, con il sugo separato;
- piatto unico: è previsto nel menù con i criteri concordati con la Scuola ed è accompagnato sempre da una piccola quantità di secondo piatto.
- Si confida negli insegnanti per l'osservazione e l'accettazione dei singoli piatti. Nei casi in cui dovesse verificarsi un costante e motivato rifiuto da parte di qualche utente potrà essere richiesto l'intervento del Dietista Comunale;
- La minestra di orzo viene preparata con legumi o verdura passati;
- I passati di verdura devono essere cremosi e non troppo densi;
- Si utilizzeranno gli gnocchi freschi o surgelati in tutte le scuole per mantenere la consistenza durante il trasporto;
- Il pesce viene preparato e cotto in modi diversi per essere più gradito ai bambini;
- Si può utilizzare la maionese ad accompagnamento di pesce e di uova sode, in minima quantità;
- Il purè di patate sarà denso e cremoso;
- La verdura cotta e cruda tagliata sottile e variata il più possibile secondo le stagioni; da utilizzare verdure fresche e/o surgelate, preferendo l'uso di quelle fresche di stagione per tutte le preparazioni previste;
- La frutta tipo kiwi viene fornita dove c'è la possibilità di sbucciarla o consumata con il cucchiaino;
- Devono venir utilizzate le cotture al forno, al vapore, le stufature, alla piastra che richiedono il minimo quantitativo di grassi, per evitare la carbonizzazione degli alimenti ed escludono la formazione di sostanze mutagene;
- Non viene effettuata la precottura;
- Nella cottura dei cibi in acqua, viene rispettato il rapporto acqua/alimento;
- L'acqua di cottura dei vegetali, ricca di sali minerali e vitamine, viene utilizzata per la preparazione di minestre, risotti, ecc.;
- Gli ortaggi ed i tuberi da consumare come contorni vengono cotti al forno, a vapore o alla piastra;
- I brodi vegetali sono preparati con abbondanti ortaggi freschi, con un minimo uso di estratti-dadi vegetali e piccole quantità di sale iodato;
- Si usano olio monoseme, oliva extra vergine o burro a fine cottura utilizzando solo l'indispensabile quantità iniziale per spennellature di placche e vaporizzazione sulle preparazioni da forno: i condimenti di sughi, minestre, passati, risotti, puree, vengono aggiunti a freddo alla preparazione ultimata; ogni tipo di sugo o salsa a base di pomodori pelati o polpa pronta viene preparato con un'abbondante base di ortaggi (sedano, carote, cipolle, porri ed erbe aromatiche) evitando assolutamente l'impiego di zucchero quale correttore di acidità;
- Carni per arrosti ed in fettine, cosce e petti di pollo, frittate, timballi, crocchette e pesci, vanno cotti in forno, al vapore, ai ferri o in brasiera o eccezionalmente in frittura controllata;
- I primi piatti asciutti vengono preparati espressi, cioè la loro preparazione viene ultimata immediatamente prima del confezionamento e del trasporto;
- Le cotture sono differenziate per le scuole primarie e le secondarie di primo grado;
- **I pasti degli adulti equivalgono a quelli della Scuola Secondaria di 1° grado;**
- **Non vengono riutilizzati, in nessun caso, cibi preparati e non consumati il giorno precedente.**

Oltre ai piatti proposti dai menù, il Centro di Cottura dovrà avere la possibilità di preparare diete speciali che rispondano alle particolari esigenze cliniche degli utenti; a tal proposito è fermamente raccomandato di uniformare il più possibile al menù generale le diete richieste per garantire a tutti la varietà, l'equilibrio nutrizionale e i sapori.

Si prevede, inoltre, un **menù dietetico generico** così composto:

- *Pasta o riso conditi con olio extra vergine di oliva o minestrina in brodo vegetale.*
- *Formaggi (parmigiano, ricotta, mozzarella) carni bianche (pollo, tacchino)*
- *Patate o carote all'olio.*
- *Pane e mela*

La prescrizione dietetica speciale sarà comprovata da certificazione medica, mentre il menu generico può essere richiesto dalla scuola al momento della prenotazione dei pasti per non più di tre giorni.

La prenotazione dei pasti deve avvenire entro e non oltre le ore 9.30 .

STAGIONALITA'

FRUTTA	gen	feb	mar	apr	mag	giu	lug	ago	set	ott	nov	dic
Albicocche						x	x					
Arance	x	x	x	x	x						x	x
Clementine	x	x								x	x	x
Fragole				x	x	x	x	x				
Mele	x	x	x	x	x				x	x	x	x
Melone						x	x	x	x	x		
Pere	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x
Pesche						x	x	x	x	x		
Susine						x	x	x	x	x		
Limoni	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Kiwi	x	x	x	x	x					x	x	x
Uva									x	x	x	x

ORTAGGI	gen	feb	mar	apr	Ma	giu	lug	ago	set	ott	nov	dic
Aglio	x	x	x	x	X	x	x	x	x	x	x	x
Asparagi				x	X	x						
Bietola		x	x	x	X	x	x	x	x	x	x	x
Carota	x	x	x	x	X	x	x	x	x	x	x	x
Cardi	x										x	x
Carciofi				x	X	x						
Cetrioli						x	x	x	x			
Cavoli	x	x	x	x	X				x	x	x	x
Cicoria		x	x	x	X	x	x	x	x	x	x	x
Cipolla	x	x	x	x	X	x	x	x	x	x	x	x
Fagiolini							x	x	x	x		

Fava					X	x						
Fagioli	x	x	x	x	X	x	x	x	x	x	x	x
Finocchi	x	x	x	x								
Lattuga		x	x	x	X	x	x	x	x	x	x	x
Melanzane							x	x	x	x		
Patata		x	x	x	X	x	x	x	x	x	x	x
Peperoni							x	x	x	x	x	
Pomodoro							x	x	x	x	x	
Piselli					X	x						
Porro	x	x	x	x	X				x	x	x	x
Rape rosse	x	x				x	x	x	x	x	x	x
Radicchio	x	x	x	x	X					x	x	x
Sedano	x	x	x	x	X	x	x	x	x	x	x	x
Spinaci	x	x	x	x	X	x	x	x	x	x	x	x
Topinambur	x	x	x								x	x
Zucchine						x	x	x	x	x	x	
Zucche	x	x							x	x	x	x

NORME PER LA PREPARAZIONE E COTTURA DEI PASTI

I pasti preparati devono rispondere all'art. 5 della legge 283/1962 per quanto riguarda lo stato degli alimenti impiegati, e all'art. 31 dei D.P.R. 327/1980 per quanto concerne il rispetto delle temperature per gli alimenti deperibili cotti da consumarsi freddi o caldi e il mantenimento del legume caldo-freddo.

Il personale incaricato deve uniformarsi al Regolamento CE 852/2004 sia nell'assicurare l'igiene dei prodotti alimentari impiegati ed individuare nelle loro attività processi, fasi od operazioni che potrebbero essere pericolosi per la sicurezza degli alimenti; garantire che vengano applicate le opportune procedure di sicurezza igienica avvalendosi dei principi dell'H.A.C.C.P. (Analisi dei Pericoli e Punti Critici di Controllo) s.m.i..

Nell'organizzazione del servizio di cucina il personale deve attenersi scrupolosamente al piano di autocontrollo appositamente prodotto per la struttura.

Tutte le preparazioni devono effettuarsi nello stesso giorno della distribuzione, fatta eccezione esclusivamente per le seguenti lavorazioni:

- mondatura, affettatura, porzionatura, battitura, legatura e speziatura delle carni a crudo (segue conservazione a +4°C);
- pelatura di patate e carote (segue conservazione a +5-10°C in contenitori chiusi con acqua pulita, eventualmente acidificata);
- cottura di torte casalinghe non a base di crema (conservazione in luogo asciutto e riparato);
- cottura di budini, arrostiti bolliti, brasati di carne bovina, ragù per pasticcio, polpette, solo in presenza di abbattitore di temperatura (abbattimento entro 30 minuti dalla cottura, raggiungimento di +10°C al cuore del prodotto entro 1-2 ore, refrigerazione a +4°C in contenitori coperti);
- gli alimenti caldi devono essere mantenuti fino alla distribuzione ad una T° superiore a 60°- 65°C mentre i freddi ad una T° inferiore ai 10°C.

Nell'espletamento del servizio, il concessionario deve attenersi scrupolosamente alle seguenti norme:

Gli alimenti da conservarsi con la catena del freddo devono essere riposti nell'idoneo frigo divisi per natura merceologica.

A: evitare la promiscuità fra le derrate (ad esempio verdure crude e carne nello stesso frigorifero);

evitare scorte e stoccaggi.

curare il rifornimento e la rotazione delle materie prime in modo da garantire sempre la freschezza soprattutto dei vegetali a foglia, frutta, latte, yogurt, ecc.;

non detenere e non usare i prodotti posteriormente alla data indicata come termine minimo di conservazione;

B: non ricongelare le materie prime congelate;

non congelare le materie prime acquistate fresche;

non congelare il pane;

effettuare lo scongelamento dei prodotti in cella frigorifera a +2/+4°C, salvo che per i prodotti che possono essere impiegati tal quali;

non scongelare le derrate all'aria o sotto l'acqua corrente;

mettere sottovuoto gli alimenti solo se in possesso di una precisa autorizzazione sanitaria dell'ASL competente per territorio;

C: mantenere le temperature di mondatura di ortaggi e carni al di sotto dei 10°C;

mantenere le temperature di assemblamento degli ingredienti al di sotto dei 10°C (frittate, hamburger, timballi, crocchette, ortaggi cotti e crudi);

mantenere le temperature di preparazione e sistemazione degli alimenti crudi, quali carni, pesci, crocchette, ecc., su placche da forno al di sotto dei 10°C.

D: condizionare i secondi piatti da distribuire caldi in armadi caldi che mantengano la temperatura costantemente al di sopra dei 65°C: tra l'ultimazione della cottura e del trasporto non devono intercorrere più di 1 ora e 30 minuti;

mantenere secondi piatti e contorni da distribuire e consumare freddi in celle frigorifere sino al momento del trasporto: devono giungere ai terminali di distribuzione a temperatura max di 10°C

condizionare i cibi sia caldi che freddi esclusivamente in bacinelle gastronorm in acciaio inox;

ogni contenitore o più contenitori devono contenere le quantità richieste da ogni singolo terminale di consumo.

E: non assaggiare le vivande servendosi delle mani anziché degli appositi utensili mono uso;

non fumare nelle zone di preparazione, cottura e distribuzione dei pasti;

lavarsi le mani ogni qualvolta si manipolino alimenti quali carni, uova, pollami, pesci nonché dopo essersi recati ai servizi e/o aver tossito e/o starnutito.

Tutte le preparazioni devono effettuarsi nello stesso giorno della distribuzione, fatta eccezione esclusivamente per le seguenti lavorazioni:

- mondatura, affettatura, porzionatura, battitura, legatura e speziatura delle carni a crudo (segue conservazione a +4°C);
- pelatura di patate e carote (segue conservazione a +5/+10°C in contenitori chiusi con acqua potabile, e contro l'imbrunimento, conservate con limone e/o aceto.
- cottura di torte casalinghe non a base di crema (conservazione in luogo asciutto e riparato);
- cottura di budini, arrostiti bolliti, brasati di carne bovina, ragù per pasticcio, polpette, solo in presenza di abbattitore di temperatura (abbattimento entro 30 minuti dalla cottura, raggiungimento di +10°C al cuore del prodotto entro 1-2 ore, refrigerazione a +4°C in contenitori coperti).

CONSIGLI PER LA COTTURA DEGLI ALIMENTI

La preparazione dei cibi per la popolazione infantile è molto importante per la protezione del contenuto dei

nutrienti che avviene soprattutto attraverso la cottura degli alimenti; un eccesso d'acqua e/o una cottura troppo prolungata impoveriscono i vegetali del loro contenuto di vitamine e di sali minerali. Un eccesso di calore modifica il valore nutritivo delle proteine o dei grassi.

I grassi sottoposti alle alte temperature producono sostanze dannose per l'organismo.

I metodi di cottura migliori sono:

- alla piastra,
- al forno,
- a vapore,
- a pressione,
- a bagnomaria.

Per rendere più gradevoli le pietanze fare uso di sugo di pomodoro, succo di limone, brodi vegetali, erbe aromatiche fresche (basilico, salvia, origano, ecc.), o essiccate in minima dose.

Limitare l'uso di dadi per brodo, eventualmente usare solo quelli vegetali privi di glutammato di sodio.

I grassi vanno aggiunti a fine cottura e a crudo .

I DATI SCIENTIFICI NUTRIZIONALI DEL PROGETTO ALIMENTARE DELLE SCUOLE SONO STATI RICAVATI DA:

- 1- Commissione del CODEX Alimentarius del Comitato scientifico per l'alimentazione delle Comunità Europee.
- 2- ESPGHAN (Comitato per la nutrizione della società Europea di Gastroenterologia Pediatrica e Nutrizione) anno 2021
- 3- L.A.R.N. (Livelli di Assunzione Raccomandati di Energia e Nutrienti dell'Istituto Nazionale della Nutrizione Italiana) Revisione 2014 e s.m.i.
- 4- Tabelle di composizione degli alimenti edizione 2019 CREA (Ministero Politiche Agricole e dell'Alimentazione).
- 5- Linee guida per una sana alimentazione Italiana, revisione 2020
- 6- Linee guida in materia di miglioramento della qualità nutrizionale nella Ristorazione Scolastica 2020
- 7- Ricettario per le strutture scolastiche della Regione del Veneto 2020-21

5) TABELLE DIETETICHE E MENU' PER IL SERVIZIO PASTI A DOMICILIO POPOLAZIONE ADULTA

Le politiche assistenziali rivolte agli anziani, a livello di Unione Europea sono declinate sul criterio della domiciliarità, sia per il crescere della popolazione disagiata che per il tentativo di tenere sotto controllo l'espansione della spesa pubblica.

All'interno di tale contesto, la Regione Veneto ha indirizzato le Politiche Assistenziali in linea con tale orientamento, ponendo l'accento sulla domiciliarità.

L'assistenza Domiciliare è un servizio erogato dal Comune di Albignasego. E' un'assistenza preferita soprattutto dall'anziano perché si svolge all'interno dell'ambiente fisico, sociale ed emozionale in cui è vissuto riuscendo così a mantenere il rapporto con i propri spazi vitali e la propria memoria storica.

Il servizio fornito dal Settore Sociale si riferisce al pasto centrale della giornata per un periodo di cinque giorni settimanali per l'intero anno solare.

L'affidamento di tale servizio viene svolto dal servizio di ristorazione che contemporaneamente segue la fornitura della refezione scolastica.

Si ritiene importante sottolineare la finalità che un servizio di ristorazione risponda a dei requisiti di qualità, fondamentali per raggiungere l'obiettivo principale, cioè fornire un'alimentazione equilibrata, corretta dal punto di vista nutrizionale e del gradimento.

Non è da sottovalutare l'aspetto edonistico del cibo fornito all'utente che quotidianamente usufruisce del pasto in quanto il cibo, soprattutto per le persone adulte, ricopre un ruolo di sicurezza psico-fisica.

Gli elaborati, parte specifica tabelle e menu, sono stati redatti tenendo presente le abitudini alimentari locali (DIETA MEDITERRANEA) e le eventuali necessità personali.

Gli obiettivi primari del servizio sono:

- fornire un'alimentazione equilibrata dal punto di vista nutrizionale;
- fornire l'adozione di corretti comportamenti alimentari da parte dell'utente;
- assicurare il servizio in qualunque modo e nei tempi previsti.

Il raggiungimento di tutto questo è regolato da un sistema basato su:

- Riferimenti ai L.A.R.N. (Livelli di Assunzione giornaliera Raccomandati di Nutrienti) per la formulazione delle tabelle dietetiche e dei menù;
- Piano di Controllo Nazionale Pluriennale Sicurezza Alimentare 2020-22;
- Linee Guida per la Ristorazione nelle strutture assistenziali extra ospedaliere 2020 e s.m.i;
- Utilizzo del sistema di produzione e fornitura basato sul legume fresco-caldo;
- Applicazione di un sistema produttivo atto a garantire la massima sicurezza igienica del pasto;
- Corsi di formazione e interventi “ Learning by doing “ per il proprio personale;
- Utilizzo di indicatori di qualità per il raggiungimento degli obiettivi assunti.

INDICAZIONI DA SEGUIRE PER LA FORNITURA DEI PASTI

L'utente potrà scegliere tra tre piatti proposti giornalmente dal menù mensile già predisposto e autorizzato.

Per i secondi piatti sarà possibile optare tra un secondo a base di carne o pesce o salume o in alternativa a quest'ultimo ad una porzione di formaggio.

Le verdure saranno proposte in modo da offrire sempre la possibilità di scegliere tra cotta e cruda o in alternativa patate (ricordando però che quest'ultime appartengono agli alimenti amidacei e quindi, con contenuto calorico più elevato, abbinare a una minestra).

Il pane sarà morbido; a richiesta potrà essere fornito pane integrale.

La frutta sarà variata secondo la stagionalità e sostituita con yogurt, budino oppure torta della casa.

Devono essere messi a disposizione, tutti i giorni, alimenti adatti a soggetti con problemi di masticazione o di deglutizione oltre ad altre eventuali richieste ricettate; il Centro di Cottura deve essere attrezzato per la preparazione e fornitura delle diete speciali.

NORME E METODI DI PREPARAZIONE E COTTURA DEI PASTI

I pasti preparati devono rispondere al dettato dell'art. 5 della legge 283/1962 per quanto riguarda lo stato degli alimenti impiegati, e all'art. 31 dei D.P.R. 327/1980 per quanto concerne il rispetto delle temperature per gli alimenti deperibili cotti da consumarsi freddi o caldi e il mantenimento della catena del freddo.

Il personale incaricato deve uniformarsi ai Regolamenti Comunitari nell'assicurare l'igiene dei prodotti alimentari impiegati ed individuare nelle loro attività processi, fasi od operazioni che potrebbero essere pericolosi per la sicurezza degli alimenti; garantire che vengano applicate le opportune procedure di sicurezza igienica avvalendosi dei principi dell' H.A.C.C.P. (Analisi dei Pericoli e Punti Critici di Controllo) Reg.CE 852-853 .

Nell'organizzazione del servizio di cucina il personale deve attenersi scrupolosamente al piano di autocontrollo appositamente prodotto.

CONSIGLI PER LA COTTURA DEGLI ALIMENTI

La preparazione dei cibi per la popolazione adulta è molto importante per la protezione del contenuto dei nutrienti; un eccesso d'acqua e/o una cottura troppo prolungata impoveriscono i vegetali del loro contenuto di vitamine e di sali minerali. Un eccesso di calore modifica il valore nutritivo delle proteine o dei grassi.

Gli oli sottoposti alle alte temperature producono sostanze pericolose per l'organismo.

I migliori metodi di cottura sono:

- alla piastra - al forno - a vapore - a pressione - a bagnomaria.

Per rendere più gradevoli le pietanze fare uso di sugo di pomodoro, succo di limone, brodi vegetali, erbe aromatiche fresche (basilico, salvia, origano, ecc.), o essiccate in minima dose.

Usare dadi per brodo vegetali privi di glutammato di sodio.

I grassi vanno aggiunti crudi a fine cottura.

PROSPETTI DI DIETA GIORNALIERA - ADULTI: UOMINI

COLAZIONE:	QUANTITA'	SOSTITUZIONI:
Latte	150 ml.	1 Vasetto di yogurt
	30 g	Formaggio fresco
Orzo	5 g	Cacao
Pane	100 g	
	50 g	Pane biscotto
	50 g	Fette biscottate
	40 g	Biscotti
Frutta	200 g	Spremuta di agrumi
PRANZO:	QUANTITA'	SOSTITUZIONI:
Pasta	100 g	Riso
	40 g. + 50 g	Pastina da brodo + pane
Parmigiano	5 g	
Olio oliva e.v	5 g	Burro
Carne:pollo,tacchino,manzo	120 g	
	70 g	Formaggio
	2	Uova
	100 g	legumi freschi
	50 g	legumi secchi
	150 g	pesce
Verdura di stagione	150 g	cotta o cruda
Olio di oliva extra V	10 g	
Pane	100 g	
	100 g	Polenta
ORE 16:	QUANTITA'	SOSTITUZIONI:
Frutta fresca	200 g	Frullata o spremuta
	N°1	yogurt
CENA:	QUANTITA'	SOSTITUZIONI:
Pasta con verdura	30 g	Riso
Parmigiano reggiano	5 g	

Formaggio	G 40	Prosciutto
	ml 200	Latte
	N°1	Uova
	100 g	pesce
	40 g	legumi freschi
Verdura di stagione	150 g	cotta o cruda
Olio oliva extra V.	10 g	
Pane	100 g	
	100 g	Polenta
Frutta fresca	200 g	

5) Kcal 2000/2500 P.94/104 g (16-18%) Lipidi 55/65 g (25%) HC= 305g (55/60%)

ALIMENTI PER IL PRANZO ADULTI: UOMINI

Gnocchi di patate..... g 300

Pasta o riso (in brodo) 50

Pasta o riso (asciutti) 100

Pizza margherita 300

Brodo di carne o di verdure 250

Farina di mais..... 100

Parmigiano.....5

Carne di manzo, pollo, tacchino. 120

Pesce ... 150

Prosciutto 70

Formaggio fresco 70

Formaggio stagionato 50

Uovan° 2

Legumi freschi o surgelati. g. 100

Legumi secchi..... 50

Verdure: carote, verd.di stagione. . 150

Patate o purea 200

Frutta fresca: di stagione..... 200

Pane 50

Condimenti: olio e.v.di oliva. 15

burro crudo ... 5

Vino con (indicazione medica) ml 100

NOTA: La frutta puo'essere sostituita da

tortag 70

yogurt.....g 250

budino.....g 100

gelato (periodo estivo).....g 100

PROSPETTO DI DIETA GIORNALIERA

ADULTI: DONNE

COLAZIONE:	QUANTITA'	SOSTITUZIONI:
Latte parzialmente scremato	150 ml.	1 Vasetto di yogurt
	30 g	Formaggio fresco
Orzo	5 g	Cacao
Pane comune o integrale	50 g	
	30 g	Pane biscotto
	20 g	Fette biscottate
	20 g	Biscotti
PRANZO:	QUANTITA'	SOSTITUZIONI:
Pasta	70 g	Riso
	40 g. + 30 g	Pastina da brodo + pane
Parmigiano	5 g	
Olio oliva e.v	5 g	Burro
Carne:pollo,tacchino,manzo	100 g	
	60 g	Formaggio
	2	Uova
	80 g	legumi freschi
	40 g	legumi secchi
	150 g	pesce
Verdura di stagione	200 g	cotta o cruda
Olio di oliva extra V	10 g	
Pane	50 g	
	100 g	Polenta
ORE 16:	QUANTITA'	SOSTITUZIONI:
Frutta fresca	250 g	Frullata o spremuta
	N°1	yogurt
CENA:	QUANTITA'	SOSTITUZIONI:
Pasta con verdura	30 g	Riso
Parmig.reggiano	5 g	
Formaggio	g 50	Prosciutto
	ml 200	Latte
	N°1	Uova
	120 g	pesce
	40 g	legumi freschi
Verdura di stagione	200 g	cotta o cruda
Olio oliva extra V.	10 g	
Pane	50 g	

	100 g	Polenta
Frutta fresca	250 g	

6) Kcal 1800 P .80 g (18%) Lipidi 47 g (25%) HC 267g (55%)

ALIMENTI PER IL PRANZO ADULTI: DONNE

Gnocchi di patate..... g 300
Pasta o riso (in brodo) 40
Pasta o riso (asciutti)70
Pizza margherita 210
Brodo di carne o di verdure 250
Farina di mais..... 70
Parmigiano.....5
Carne di manzo, pollo, tacchino.. 100
Pesce150
Prosciutto 50
Formaggio fresco 60
Formaggio stagionato 40/50
Uovan° 2
Legumi freschi o surgelatig. 80
Legumi secchi 40
Verdure: carote, verd.di stagione..... 150
Patate o purea 200
Frutta fresca: di stagione 250
Pane 50
Condimenti: olio e.v.di oliva 15
 burro crudo5
Vino....(con indicazione medica)... ml 100

NOTA: La frutta puo'essere sostituita da
tortag 70
yogurt.....g 250
budino.....g 100
gelato (periodo estivo).....g 100

Elaborato e revisionato da Bidoia Dott.ssa Maria Antonia MAGGIO 2021