

## TABELLA DIETETICA per la RISTORAZIONE SCOLASTICA - anno scolas. 2018/2019 - estate 2019

La TABELLA DIETETICA è stata redatta sulla base delle indicazioni della SOCIETA' ITALIANA di NUTRIZIONE UMANA, delle LINEE GUIDA per la Ristorazione Scolastica del Ministero della Salute e delle LINEE STRATEGICHE per la Ristorazione Scolastica della Regione Emilia Romagna.

Queste ultime si possono reperire sul sito della Regione [http://www.saluter.it/wcm/saluter/pubblicazioni/tutte\\_le\\_pubblicazioni/contributi/contributi.htm](http://www.saluter.it/wcm/saluter/pubblicazioni/tutte_le_pubblicazioni/contributi/contributi.htm)

### LEGENDA:

#### TABELLA DIETETICA :

- copre l'intero anno, compreso il periodo estivo, con una particolare rotazione dei giorni e delle settimane per garantire più varietà anche agli utenti che consumano il pasto un giorno solo alla settimana;
- nella fascia orizzontale in alto, sono indicati il numero della settimana e i giorni e mese di riferimento;
- nella fascia orizzontale in basso, sono riportate alcune integrazioni alla tabella dietetica di particolare importanza;
- nella prima colonna verticale sono indicati i giorni a cui si riferiscono le preparazioni - ogni colore identifica il tipo di alimento utilizzato nel secondo piatto:  
giallo = uovo    azzurro = pesce    verde = formaggio    rosso = carne rossa    arancio = carne bianca ;
- nella seconda colonna sono indicati i pasti per i bimbi del nido d'infanzia 12-18 / 19-24 mesi con alcune indicazioni in blu: queste variazioni non sono obbligatorie e vanno quindi concordate con le educatrici; per la fascia di età 0 - 12 mesi vanno sempre considerate le indicazioni del Pediatra di Libera Scelta, anche se per le conoscenze scientifiche ad oggi, è auspicabile uno svezzamento che partendo dal 6° mese di età, preveda l'inserimento di tutti gli alimenti entro l'8° / 9° mese (ad eccezione del latte vaccino: 12° mese) e un più rapido utilizzo di alimenti freschi tritati e spezzettati;
- nella terza e quarta colonna sono indicate le preparazioni rispettivamente per i bimbi delle sezioni primavera (24-36 mesi) e della scuola d'infanzia, della scuola primaria e secondaria, con alcune indicazioni in verde, obbligatorie;
- nella quinta colonna sono indicate invece altre note e indicazioni di particolare importanza, insieme ad alcune possibili variazioni per le varie fasce di età;
- nel periodo estivo è stato aggiunto il sabato (per i Centri Educativi Estivi che lo prevedono).

#### ALLEGATI:

- n°1, alimenti per spuntino e merenda pomeridiana (se prevista);
- n°2, tabella quantità per fascia di età;
- n°3, preparazioni possibili per feste e gite;
- n°4, ricettario;
- n°5, merende per spazio bambini.

### NOTE GENERALI:

#### ALIMENTI UTILIZZATI :

- devono essere tutti corrispondenti a quelli indicati nelle schede tecniche redatte dalla AUSL. La Regione Emilia Romagna, con la Legge Regionale n°29 del 4/11/2002, prevede l'utilizzo di prodotti biologici per la ristorazione scolastica;
- la tabella dietetica deve essere rispettata in tutti i suoi aspetti comprese le quantità;
- l'indicazione "frutta di stagione" e "verdura di stagione" deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro
- non è previsto l'utilizzo di dado per brodo, pepe o peperoncino, burro, strutto o altro grasso da condimento diverso dall'olio di oliva extra vergine;
- nella ristorazione scolastica viene utilizzato sale iodato, come da indicazioni nazionali e regionali.

#### PASTO d'EMERGENZA :

- da conservare presso i punti mensa e da ritirare o somministrare a fine dell'anno scolastico;
- per il nido d'infanzia: omogeneizzato di formaggio (0-12 mesi), parmigiano reggiano in monodose (13-36 mesi), polpa di frutta, cracker all'olio extra vergine di oliva;
- per le scuole per l'infanzia: parmigiano reggiano in monodose, polpa di frutta, cracker all'olio extra vergine di oliva;
- per la scuola primaria e secondaria di 1° livello: tonno in olio di oliva, fagioli in scatola, cracker all'olio extra vergine di oliva.

**UOVA E SALUMI:** nelle comunità infantili è vietata la somministrazione di prodotti alimentari contenenti uova crude e non sottoposti, prima del consumo, a trattamento termico di cottura e di salumi a pasta macinata e salsicce/salamelle di carne suina ed avicola non sottoposte, prima del consumo, a trattamento termico di completa cottura, come indicato nell'Ordinanza del Presidente della Giunta Regionale n. 96 del 08/06/2017.

**DIETE SPECIALI:** per i bambini e gli adulti con problemi di allergie alimentari e malattie croniche vengono approntate e distribuite nelle mense scolastiche solo ed esclusivamente secondo le disposizioni indicate nella relativa procedura aziendale e nella circolare inviata a tutti gli enti e ai soggetti interessati (Comuni, Direzioni scolastiche Pubbliche e Private, Ditte di ristorazione).