

## TABELLA DIETETICA per la RISTORAZIONE SCOLASTICA - anno scol. 2019/2020 - estate 2020

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)

Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute

### 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 alto, 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 alternative equivalenti 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, fatto salve le norme igienico-sanitarie, e da ritirare o somministrare a fine 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 la scuola 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).