SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
Dipartimento Tutela della Salute e Politiche Sanitarie

AZIENDA SANITARIA PROVINCIALE
CATANZARO

REGIONE CALABRIA

U.O.di Igiene Alimenti e Nutrizione
Distretto di Lamezia Terme

Prot. n. 98169 /sian
del 25.07.2022

Dott.ssa Anna Muraca
Responsabile del Settore Demografico-Amministrativo
Comune di
Cortale

OGGETTO: Vidimazione tabella dietetica ristorazione scolastica anno 2022-23.

In riferimento alla richiesta in oggetto, prot/Sian 96096 del 19.07.2022, si trasmette la tabella dietetica per la ristorazione scolastica del Comune di Cortale debitamente vidimata con le variazioni richieste. In aderenza alle disposizioni della Legge 4 luglio 2005 n°123 – *Norme per la protezione dei soggetti malati di celiachia* -, come già comunicato con nostra nota prot. 772/sian del 26 giugno 2006, sono stati aggiunti anche i criteri per la preparazione dei pasti per i bambini affetti da celiachia da introdurre nel capitolato di appalto come da articolo 4, comma 3, della Legge citata. Si ricorda inoltre che la tabella dietetica vidimata e le indicazioni generali e particolari sulle caratteristiche degli alimenti da utilizzare nella preparazione del menù devono essere tenute in modo visibile nella zona preparazione pasti.

Cordiali saluti

A.S.P di CATANZARO * Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione * Ambito Territoriale di Lamezia T.

Il Dirigente medico
Dr Marina B. Rosato

via Sottotenente Notaro c/o vecchio Ospedale) 88046 Lamezia Terme (CZ)
tel. 0968 208307 fax 0968 208317 e mail sian@asp.cz.it

MENU'
REFEZIONE SCOLASTICA

COMUNE DI
CORTALE

25 LUG. 2022

A.S.P di CATANZARO
Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
Ambito Territoriale di Lamezia T.

Azienda Sanitaria Provinciale di Catanzaro
Ambito Territoriale di Lamezia Terme
Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
Il Dirigente Medico
Dr. Marina B. ROSATO

INDICAZIONI SULLE CARATTERISTICHE DEGLI ALIMENTI DA UTILIZZARE NELLA PREPARAZIONE DEL MENU'

SALE: si ricorda che la quantità giornaliera non deve superare i 6 gr. a persona e che va utilizzato **sale iodato**. Si consiglia di far uso di aromi (origano, basilico, prezzemolo, salvia, rosmarino, aglio, cipolla, limone, ecc.) che insaporiscono i cibi permettendo di ridurre la quantità di sale.

PANE: preparato con farina di frumento tenero tipo "00", di produzione giornaliera (mai congelato), che all'analisi organolettica risulti: crosta dorata e croccante, mollica morbida ma non callosa , il gusto e l'aroma non devono presentare anomalie. **OGNI GIORNO PANE FRESCO** (50-70gr).

PASTA: di pura semola di grano duro, non deve presentare difetti ed essere indenne da parassiti, larve o altri agenti infestanti, in perfetto stato di conservazione alla pressione deve rompersi con suono secco e frattura vitrea, non farinosa. Le confezioni devono essere pulite ed intatte. Cottura al dente non solo per la gradevolezza, ma perché è migliore la digeribilità.

RISO: ribe parboiled, indenne da parassiti o altri agenti infestanti, non deve presentare difetti tipici di striatura o vaiolatura interna. Si consiglia di utilizzare riso integrale.

CARNI BIANCHE E ROSSE di 1° taglio, disossate, prive di grasso di copertura; devono presentare il marchio della visita sanitaria e provenire da stabilimenti con marchio CEE; in condizioni igieniche ottime e prive di alterazioni microbiche o fungine. **Hamburger**: *di bovino adulto-vitellone*, dato che l'ordinazione viene effettuata a monte, cioè in macelleria, vista l'impossibilità di stabilire al momento dell'ordinazione il numero di hamburger per i diversi ordini di scuole, si ritiene di uniformare la grammatura: 80gr. **Carni avicunicole** provenienti da stabilimenti con marchio CEE, si ricorda che devono presentare l'etichettatura prevista dall'Ordinanza Ministeriale Ministero Salute 26 agosto 2005; prive di odori e sapori anomali; devono avere la pelle completamente spennata ed esente da residui di peli e da grumi di sangue.

AFFETTATI : di produzione nazionale e di qualità superiore, senza polifosfati aggiunti.

PESCE: fresco o surgelato, privo di pelle e di lische. Il peso del pesce surgelato si riferisce al netto della glassatura.

PARMIGIANO REGGIANO O GRANA PADANO: contrassegnato dal marchio d'origine e convenientemente stagionato.

ALTRI FORMAGGI: mozzarella, stracchino, robiola, crescenza ecc., in confezione chiusa con riportata la data di produzione e di scadenza, e provola tutto latte, tagliata a fette.

UOVA: di categoria "A", gli imballi devono essere muniti di etichettatura leggibile recante il nome dell'azienda produttrice e confezionatrice, la data di imballaggio e di consumazione. Per la preparazione della frittata, oltre alla cottura al forno è ammessa la cottura in padella antiaderente, utilizzando una minima quantità di olio di oliva (Si ricorda che l'olio usato per la frittura non va **mai** riutilizzato).

A.S.P. di CATANZARO Ambito Territ. di Lamezia T. Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione 25 OTT. 2022

Azienda Sanitaria Provinciale di Catanzaro
Ambito Territoriale di Lamezia Terme
Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
Il Dirigente Medico
Dr. Marina B. ROSATO

SURGELATI: devono essere confezionati, mai sfusi, la confezione dovrà riportare la data di confezionamento e quella di scadenza; i prodotti non devono presentare segni di parziale scongelamento né ghiaccio in superficie; una volta scongelato il prodotto non può essere ricongelato e va consumato entro 24 ore.
N.B. Si raccomanda di preferire <u>sempre</u> prodotti freschi ad eccezione del pesce.

OLIO: utilizzare esclusivamente olio extravergine di oliva, acidità max 1%.

LEGUMI: in confezione originale, mondati, privi di muffe, insetti o altri corpi estranei, uniformemente essiccati. Le dosi consigliate si riferiscono a legumi secchi.

SUGHI DI POMODORO: La preparazione dei sughi di pomodoro va fatta utilizzando preferibilmente pomodori pelati: peso del prodotto sgocciolato non inferiore al 60%; ottenuti da frutto fresco, sano, maturo e ben lavato; colore rosso, sapore ed odore caratteristici del pomodoro.

FRUTTA, VERDURA, ORTAGGI: preferibilmente di stagione e di produzione locale, giunti a naturale e compiuta maturazione fisiologica, privi di difetti visibili né trasudanti acqua di condensazione che è sempre indice di sbalzi termici repentini.
Per preservare al meglio il loro contenuto vitaminico e salino è indispensabile usare alcuni accorgimenti durante la mondatura e il lavaggio delle verdure, e utilizzare razionali metodi di cottura. Con la cottura a vapore si ha una minima perdita di nutrienti. Se la cottura viene effettuata in acqua, questa è bene che sia in minima quantità. È preferibile che l'acqua sia portata ad ebollizione prima di immergervi l'ortaggio/ verdura e salata solo a cottura ultimata. Le verdure da consumare crude dovranno essere perfettamente lavate, pronte all'uso e condite al momento della distribuzione.
La frutta dovrà essere variata, lavata bene, mondata e somministrata, preferibilmente, come spuntino di metà mattina. Ogni giorno frutta fresca rispettando possibilmente la stagionalità 150 gr (1 mela, 1 pera, 1 banana, 1 arancio, 2 mandarini, 2 albicocche…..).
E' possibile, una volta a settimana, sostituire la frutta fresca con un succo di frutta in confezione monodose, di buona qualità, con stampigliata ben visibile la data di scadenza; senza zuccheri aggiunti; senza coloranti né conservanti, oppure uno yogurt alla frutta *(preferibilmente quando non sono presenti altri latticini)* in confezione monodose, di buona qualità, con stampigliata ben visibile la data di scadenza; senza coloranti né conservanti.
N.B. sarà cura dell'addetto agli acquisti scegliere di volta in volta i prodotti di stagione con le migliori caratteristiche.

Azienda Sanitaria Provinciale di Catanzaro
Ambito Territoriale di Lamezia Terme
Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
Il Dirigente Medico
Dr. Marina B. ROSATO

A.S.P. di CATANZARO * Ambito Lamezia T. * Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione 2022

Si allegano di seguito le grammature orientative minime per gli ordini di scuole interessati dalla refezione scolastica

GRAMMATURE A CRUDO

	MATERNA	ELEMENTARE	MEDIA
PASTA O RISO	50	60	70
PASTA O RISO PER MINESTRONE	20	25	30
MINESTRONE PASSATO	90	100	120
LEGUMI SECCHI	20	25	30
INSALATA VERDE	30	40	50
ORTAGGI	80	100	120
VERDURA COTTA	100	120	150
POMODORI INSALATA	60	80	100
POMODORO PER SUGO	30	40	50
PATATE	120	150	200
MOZZARELLA (ciliegine da 25 gr)	2	3	4
FORMAGGI FRESCHI (provola, crescenza, stracchino….)	60	70	90
FORMAGGI FRESCHI (in confezione monodose)	1	1	1
PARMIGIANO O GRANA GRATTUGIATO	1 cucchiaino	1 cucchiaino	1 cucchiaino
PESCE	100	120	140
BASTONCINI	3	3	4
CARNE	60	80	100
HAMBURGER	80	80	80
PROSCIUTTO	40	50	60
UOVA	1	1	1
OLIO DI OLIVA	Max 15	Max 15	Max 15
FRUTTA	150	150	150
PANE	1 panino	1 panino	1 panino

A.S.P. di CATANZARO Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione Lamezia T. 25 LUG. 2022

Azienda Sanitaria Provinciale di Catanzaro
Ambito Territoriale di Lamezia Terme
Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
Il Dirigente Medico
Dr. Marina B. ROSATO

1° SETTIMANA

LUNEDI'	MARTEDI'
PASTA AL FORNO (con carne trita e parmigiano) PROVOLA TUTTO LATTE o (STRACCHINO;CERTOSA;CRESCENZA;ROBIOLA) INSALATA VERDE o POMODORI (rispettando la stagionalità)	**PASTA** E FAGIOLI CANNELLINI BIANCHI **PROSCIUTTO COTTO** ZUCCHINE TRIFOLATE
MERCOLEDI'	GIOVEDI'
PASTA AL POMODORO CARNE di VITELLO IN PIZZAIOLA PATATE AL FORNO	**PASTA** E PISELLI PETTO DI POLLO AL FORNO INSALATA VERDE o POMODORI (rispettando la stagionalità)
VENERDI'	
RISO AL POMODORO **BASTONCINI** di MERLUZZO FAGIOLINI LESSI	

2° SETTIMANA

LUNEDI'	MARTEDI'
PASTA AL POMODORO PETTO DI POLLO o di TACCHINO **PANATI** AL FORNO ORTAGGI CRUDI di STAGIONE in INSALATA (carote tagliate a julienne, lattuga,pomodori)	**PASTA** e CECI FRITTATA VERDURE/ORTAGGI SALTATI in PADELLA (spinaci, biete, zucchine, ecc. rispettando la stagionalità)
MERCOLEDI'	GIOVEDI'
PASTA al POMODORO MERLUZZO **PANATO** al FORNO PISELLI	RISO con MINESTRONE PASSATO CARNE di VITELLO o HAMBURGER di VITELLONE al FORNO INSALATA VERDE o POMODORI
VENERDI'	
PASTA al POMODORO MOZZARELLA FIOR DI LATTE o (STRACCHINO, CRESCENZA, ROBIOLA,CERTOSA) **PURE'** di PATATE	

A.S.P di CATANZARO Ambito Tert. di Lamezia T. Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
25 LUG 2022

Azienda Sanitaria Provinciale di Catanzaro
Ambito Territoriale di Lamezia Terme
Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
Il Dirigente Medico
Dr. Marina B. ROSATO

3° SETTIMANA

LUNEDI'	MARTEDI'
RISO E PISELLI VITELLO **PANATO** al FORNO INSALATA VERDE	**PASTA** al POMODORO **PROSCIUTTO COTTO** PATATE AL FORNO
MERCOLEDI'	GIOVEDI'
PASTA e ZUCCHINE MERLUZZO IN UMIDO VERDURE/ORTAGGI SALTATI in PADELLA (spinaci, biete, zucchine, ecc. rispettando la stagionalità)	**PASTA** AL POMODORO **SCALOPPINA** di POLLO PISELLI in UMIDO
VENERDI'	
PASTA e PATATE FORMAGGIO FRESCO tipo STRACCHINO;CERTOSA; ROBIOLA;CRESCENZA o MOZZARELLA FIOR DI LATTE FAGIOLINI	

4° SETTIMANA

LUNEDI'	MARTEDI'
PASTA al RAGU' alla BOLOGNESE FRITTATA ORTAGGI CRUDI dio STAGIONE in INSALATA (carote tagliate a julienne, pomodori, lattuga…)	**PASTA** e FAGIOLI CANNELLINI BIANCHI MOZZARELLA FIOR DI LATTE o (PROVOLA TUTTO LATTE) POMODORI o INSALATA di CAROTE (tagliate a julienne)
MERCOLEDI'	GIOVEDI'
MINESTRONE DI VERDURE PASSATO CON RISO **POLPETTE** di CARNE di VITELLO al FORNO INSALATA VERDE	**PASTA** e PATATE PETTO di POLLO al FORNO INSALATA MISTA
VENERDI'	
PASTA AL POMODORO **BASTONCINI** DI MERLUZZO o MERLUZZO al FORNO VERDURE/ORTAGGI SALTATI in PADELLA (spinaci, biete, zucchine ecc. rispettando la stagionalità	

A.S.P di CATANZARO * Ambito Territoriale di Lamezia T. * Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione 2022

Azienda Sanitaria Provinciale di Catanzaro
Ambito Territoriale di Lamezia Terme
Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
Il Dirigente Medico
Dr. Marina B. ROSATO