

Sistema Socio Sanitario
Regione Lombardia
ATS Bergamo

LE CARATTERISTICHE DELLE DERRATE ALIMENTARI PER LA REFEZIONE SCOLASTICA

DIPARTIMENTO DI IGIENE E PREVENZIONE SANITARIA (DIPS)
ATS Bergamo
U.O.S. Igiene della Nutrizione

SOMMARIO

SOMMARIO 3
Premessa 5
Prerequisiti 6
ALIMENTI DI ORIGINE VEGETALE 7
PRODOTTI ORTOFRUTTICOLI 7
Frutta e verdura 7
Patate 8
Legumi secchi (ceci, fagioli, fave, lenticchie, piselli, soia) 9
Ortaggi e legumi surgelati 9
Minestrone surgelato 9
Patate surgelate 9
Frutta secca (noci, mandorle, nocciole, pinoli, pistacchi) 9
CEREALI E DERIVATI 10
Pane comune ed integrale a ridotto contenuto di sale 10
Pane grattugiato 11
Crostini di pane 11
Piadine 11
Crackers non salati in superficie all'olio extra vergine di oliva 11
Gallette di riso e/o altri cereali 11
Grissini 12
Biscotti secchi 12
Fette biscottate 12
Le Farine 12
Farina di grano tenero 12
Farina di mais 13
Pasta e pasta integrale (semola di grano duro) 13
Pasta per lasagne 13
Semolino 13
Riso e riso integrale 13
Farro, miglio ed orzo 14
Couscous/couscous integrale 14
Quinoa (pseudo cereale) 14
Gnocchi di patate 14
Pasta speciale con ripieno 15
Pasta per Pizza 15
ALIMENTI DI ORIGINE ANIMALE 16
CARNI 16
Carni di bovino 16
Carni avicunicole 17
Carni suine 17
Pesce congelato o surgelato 17
Molluschi bivalvi (cozze e vongole) e cefalopodi surgelati (polpi, totani, calamari, seppie, moscardini) 18
Uova di gallina e ovoprodotti 19
Uova 19
Ovoprodotti: uova intere emulsionate e pastorizzate 19
LATTE E PRODOTTI A BASE DI LATTE 20
Latte fresco intero 20
Latte a lunga conservazione UHT 20
Yogurt di latte vaccino 20
Formaggi stagionati 21
Parmigiano Reggiano DOP 21
Grana Padano DOP 21
Formaggi freschi (mozzarella fiordilatte e crescenza) 21
Ricotta 22
ALIMENTI CONSERVATI 23
PASSATA DI POMODORO 23
POMODORI PELATI 23
PESTO ALLA GENOVESE 23
TONNO SOTT'OLIO 23
CONFETTURA DI FRUTTA 24
SUCCHI DI FRUTTA 24
POLPA DI FRUTTA TIPO MOUSSE 24
CONDIMENTI E SPEZIE 25
OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA 25
OLIO DI SEMI DI ARACHIDE 25
BURRO 25
ACETO DI MELE 26
SALE FINO E GROSSO 26
SPEZIE ED ERBE AROMATICHE 26
Zafferano 26
Curcuma 26
ALTRI ALIMENTI 27
GELATO 27
Gelato alla frutta 27
Gelato alle creme 27
CIOCCOLATO FONDENTE 27
ACQUA 28
Acqua potabile 28
Acqua minerale 28
ALIMENTI A BASE DI SOIA 28
Bevanda alla soia 28
Preparazione alimentare a base di soia con fermenti vivi 28
Tofu al naturale 29
PREPARATI PER PURÈ DI PATATA 29
DESSERT CONFEZIONATI 29
ALIMENTI PER LA PRIMA INFANZIA 29

PREMESSA

Questo documento si propone come riferimento tecnico essenziale per gli operatori della ristorazione scolastica che intendono perseguire il continuo miglioramento della qualità igienica, nutrizionale e organolettica dei pasti forniti. La qualità dei pasti non può infatti prescindere dalla qualità delle materie prime utilizzate che ne rappresenta l'elemento fondamentale.

Raccogliendo le indicazioni delle Linee d'indirizzo nazionale per la ristorazione scolastica del Ministero della Salute (aprile 2010), si raccomanda quando possibile di scegliere per gli alimenti presenti negli schemi dietetici prodotti locali a filiera corta, prodotti tipici e tradizionali riconosciuti dalla normativa vigente (DOP, IGP, STG), alcuni prodotti biologici o da produzione integrata e prodotti del mercato equo e solidale per alimenti non reperibili sul mercato italiano. In applicazione del principio di precauzione è sconsigliato l'utilizzo di derrate alimentari derivanti dalle biotecnologie (O.G.M.).

Tutte le derrate alimentari devono rispettare quanto previsto dalla Normativa Nazionale e della Comunità Europea in tema di igiene degli alimenti e sicurezza alimentare e devono essere conformi in materia di etichettatura alla normativa vigente. Devono inoltre essere ottemperate le disposizioni normative specifiche dei diversi settori alimentari e gli eventuali disciplinari di produzione.
Per tutte le derrate alimentari deve essere garantita la rintracciabilità nel rispetto del Regolamento CE 178/2002.

Nell'ottica di incentivare scelte che riducano lo spreco alimentare è consentita la trasformazione di un gruppo ristretto di alimenti avanzati (evidenziati nel documento) in altri da utilizzare nella preparazione dei pasti, purché il processo tecnologico sia adeguatamente processato secondo i principi dell'HACCP ai fini della tutela della sicurezza alimentare.

Gli alimenti sono stati suddivisi in alimenti di origine vegetale, di origine animale e alimenti conservati, raggruppati secondo le caratteristiche nutrizionali per tipologia di prodotti.

Ogni tipo merceologico di prodotto deve rispettare le norme di legge; là dove non sono riportate, è da intendersi che siano implicitamente soddisfatte. Sono state aggiunte delle indicazioni d'uso e delle caratteristiche nutrizionali con l'intento di qualificare ulteriormente l'alimento.

PREREQUISITI

Di seguito vengono elencati alcuni criteri dai quali non si può prescindere per garantire un'adeguata sicurezza igienico sanitaria e nutrizionale nella gestione della ristorazione scolastica:

- definizione di un piano di approvvigionamenti in base al menù settimanale evitando di avere un'eccessiva scorta in magazzino, soprattutto se di merci deperibili che dovranno essere organizzate in modo da garantire i requisiti di freschezza al momento del consumo;
- approvvigionamento da fornitori che possano certificare la qualità dei loro prodotti e dimostrare l'adozione di sistemi di assicurazione di qualità e di regole di buona prassi igienica;
- presentazione in confezioni sigillate, integre, pulite, senza anomalie visibili tipo rigonfiamenti, ruggine, sporcizia che devono riportare tutte le indicazioni previste in materia di etichettatura. Tutti i prodotti forniti devono presentare materiale a contatto con alimenti (packaging) conforme alla normativa italiana ed europea vigente.

ALIMENTI DI ORIGINE VEGETALE

PRODOTTI ORTOFRUTTICOLI

Frutta e verdura

Privilegiare prodotti a filiera corta o a chilometro zero (km 0), cioè alimenti che abbiano viaggiato poco e subito pochi passaggi commerciali, premiando i prodotti locali.
Per i prodotti ortofrutticoli il tenore di elementi nutritivi è inversamente proporzionale al tempo trascorso tra il raccolto ed il consumo (più tempo passa, come succede per prodotti che arrivano da lontano, più alcuni elementi nutritivi tendono a diminuire).
Quando questa scelta non sia possibile i prodotti devono essere di origine nazionale ed europea (ad esclusione delle banane che dovranno essere del Commercio equo e solidale), assicurando la rotazione di diverse specie nel corso della settimana. Non sono ammesse né primizie, né tardizie.
I prodotti ortofrutticoli devono:

- avere raggiunto lo sviluppo e la maturazione fisiologica che li renda adatti al pronto consumo;
- presentare le peculiari caratteristiche organolettiche della specie e varietà richieste;
- non essere attaccati da parassiti animali e vegetali, essere sani e resistenti, cioè esenti da difetti che possano compromettere la loro naturale resistenza, quali alterazioni e lesioni non cicatrizzate, non portare tracce visibili di appassimento, né danni o alterazioni dovute al gelo;
- non presentare tracce di germinazione incipiente;
- essere puliti, interi, esenti da odori e sapori estranei, non presentare aumento artificioso dell'umidità, né trasudare acqua di condensazione in seguito ad improvviso sbalzo termico
- essere omogenei nella maturazione, freschezza e pezzatura a seconda della specie;
- essere di recente raccolta; quelli a foglia non dovranno essere surriscaldati, né presentare perdita di colore e, a seconda della specie e varietà essere privi di parti e porzioni non direttamente utilizzabili e non strettamente necessarie alla normale conservazione del corpo vegetale reciso.

Mele e pere devono conservare il peduncolo, anche se danneggiato. Le pere non devono essere grumose; il peso del singolo pezzo deve aggirarsi attorno ai 150 g. e, in ogni caso, non superare i 180 g.
I kiwi devono essere privi di umidità esterna, di odori e sapori intensi.
Gli agrumi devono essere esenti da colorazioni anomale e da inizio di essiccamento; non devono essere molli o avvizziti, la buccia non deve essere eccessivamente grossa e rugosa né gonfia, né distaccata dagli spicchi, né deformata.
I grappoli d'uva devono essere esenti da tracce di muffa, ed essere privi di acini disseccati. Gli acini devono essere ben attaccati e distribuiti uniformemente sul graspo.
Le banane devono essere intere e al giusto punto di maturazione.



→*Caratteristiche nutrizionali e indicazioni d'uso*

La frutta apporta zuccheri semplici, acqua e fibre, vitamine, composti fitochimici con elevato potere antiossidante. È un alimento a basso contenuto calorico e ad elevato volume e quindi anche ad elevato potere saziante. Le due porzioni di frutta raccomandate nella giornata si possono consumare a fine pasto o anche fuori pasto come spuntino di metà mattina o merenda; è importante ricordare che la frutta raggiunge il massimo delle sue qualità gustative e nutritive alla piena maturità: è quindi consigliabile consumare preferibilmente frutta di stagione.

Ortaggi a foglia (lattuga, indivia, scarola): i cespi devono essere interi, sani, freschi, puliti e mondati, privi di terra e di parassiti; le foglie esenti da danno da gelo.

Finocchi: devono essere in buono stato di sviluppo vegetativo senza segni di vegetazione in canna, con radici asportate con taglio netto alla base, con guaine esterne serrate e carnose, tenere e bianche.

Carote: devono essere intere, fresche, pulite, prive di tracce di terra, ammollamenti, germogli e spaccature.

Pomodori da insalata: devono essere maturi in modo omogeneo non devono risultare mai completamente rossi o completamente verdi e adatti a essere consumati nello spazio di due o tre giorni.

Patate

Devono essere pulite senza incrostazioni terrose o sabbiose, immuni da virosi, funghi o parassiti ed esenti da odori; non devono presentare tracce di verde e di germinazione incipiente; non devono essere state trattate con raggi gamma e anti germoglianti. Preferire il prodotto nazionale e/o da produzione agricola locale (es. patata di Martinengo).

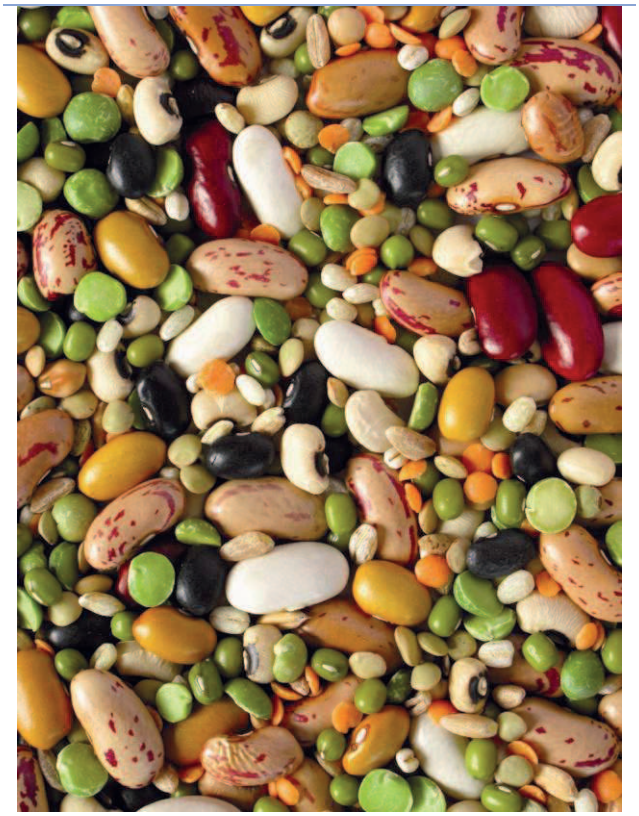


→ *Indicazioni d'uso*

La patata, diversamente dagli altri ortaggi ha un alto contenuto di carboidrati presenti principalmente sotto forma di amido. Pertanto è preferibile consumarla non più di 1 volta alla settimana, e quando presentata come contorno deve sempre essere accompagnata da una verdura.

Legumi secchi (ceci, fagioli, fave, lenticchie, piselli, soia)

Devono essere mondati, privi di muffe, infestanti e corpi estranei, uniformemente essiccati e di pezzatura omogenea.
Devono presentarsi di aspetto sano, con il colore caratteristico della varietà. La fornitura deve avvenire in confezioni adeguate per peso al fine di consentire il consumo di tutto il prodotto una volta aperta la confezione. Al momento della consegna la vita residua deve essere di almeno 12 mesi.



→*Caratteristiche nutrizionali*

I legumi sono una buona fonte di proteine vegetali di discreto valore biologico. Sono ricchi di fibra e poveri di grassi. Discreto è il loro contenuto di calcio, vitamine B1 e PP, ferro, potassio. Somministrati in piatto unico con cereali sono un'ottima fonte di proteine alternativa agli alimenti di origine animale.

Ortaggi e legumi surgelati

Le forniture dovranno provenire da produttori preferibilmente nazionali o CE, dovranno avere contenuto di antiparassitari e nitriti/nitrati entro i termini di legge, non contenere additivi, avere aspetto omogeneo per quanto riguarda colore e pezzatura, non presentare colorazioni anomale, corpi estranei o insetti o tracce di infestazioni di roditori, non contenere ortaggi estranei al dichiarato.
Le confezioni dovranno essere originali e sigillate, non dovranno presentare segni comprovanti un avvenuto parziale o totale scongelamento quali formazione di cristalli di ghiaccio sulla parte esterna della confezione. Le confezioni dovranno avere grammatura tale da essere consumate preferibilmente in giornata. La consegna dovrà essere composta da prodotto con ancora 1 anno di conservazione.
Il trasporto dovrà avvenire in condizioni igienico sanitarie ineccepibili e alla temperatura non superiore a meno 18°C.

Minestrone surgelato

Nella scheda tecnica deve essere specificata da parte del fornitore la presenza di verdure diverse, legumi e patate.
La pezzatura del taglio delle verdure deve essere a piccoli cubetti.

Patate surgelate

Qualora si faccia ricorso al prodotto surgelato non sono ammesse patate cubettate mescolate a piselli e carote (tris di verdure per insalata russa), né patate prefritte surgelate.

Frutta secca (noci, mandorle, nocciole, pinoli, pistacchi)

Non deve presentare fenomeni di alterazione, odore o sapore anomali. Non deve essere tostata, contenere conservanti, né essere addizionata di sale.

Il prodotto deve avere una vita residua di almeno 6 mesi. Si consiglia di non effettuare scorte e di conservare il prodotto in luogo asciutto.



→*Caratteristiche nutrizionali e indicazioni d'uso*

La frutta secca contiene un'equilibrata concentrazione di elementi salutari tra i quali proteine, fibre, acidi grassi insaturi quali gli omega 3 e omega 6, minerali e vitamine. E, A, B1, B2.

Dato l'elevato apporto calorico legato alla presenza di grassi, è ideale consumarla come spuntino di metà mattina nella giusta porzione (2 noci, 12 mandorle, 10 nocciole) o aggiungerla nelle insalate diminuendo l'olio come condimento.

CEREALI E DERIVATI

Pane comune ed integrale a ridotto contenuto di sale

Pane prodotto con farina tipo "0", tipo "1" e integrale, di pezzatura da 40/50 g a 500 g.

ATS Bergamo aderisce alla campagna regionale "Con meno sale nel pane c'è più gusto e guadagni in salute" e promuove l'utilizzo di pane a ridotto contenuto di sale.

Pertanto il pane deve essere formato esclusivamente da un impasto composto di farina di grano tenero tipo 0, acqua, sale (contenuto non superiore all' 1,7% riferito al peso della farina), lievito vivo (in quantità non superiore all' 1%), preferibilmente con pasta a lunga fermentazione, senza aggiunta di condimenti (latte, fecola di patate, olio).

Il pane deve avere le caratteristiche prescritte dalla legge vigente, privo di additivi e grassi aggiunti (strutto, grassi idrogenati, margarina, burro e qualsiasi altro tipo di grasso).

Deve essere prodotto e fornito giornalmente in relazione all'effettivo fabbisogno; non è ammesso l'utilizzo e la somministrazione di pane riscaldato, conservato con il freddo e rigenerato o surgelato.

All'analisi organolettica il pane deve possedere le seguenti caratteristiche:

crosta dorata e croccante;

mollica deve essere morbida, ma non collosa;

alla rottura con le mani (o al taglio) deve risultare croccante, con crosta che si sbriciola leggermente, ma resta ben aderente alla mollica.

Se si utilizza pane integrale, questo deve essere preparato con lievito vivo, prodotto con farine derivate da frumento biologico.

La farina impiegata non deve contenere residui di fitofarmaci e additivi e non deve essere addizionata artificiosamente di crusca.

Il trasporto del pane non deve avvenire promiscuamente ad altri prodotti, il pane deve essere trasportato in recipienti puliti, lavabili e muniti di copertura e chiusura, in modo che risulti al riparo da polveri ed altre fonti di inquinamento.

Per nessun motivo i contenitori devono essere stoccati, anche solo temporaneamente, direttamente sul suolo, bensì sempre sollevati da questo, sia nel centro cottura che presso i terminali di distribuzione.

Ogni fornitura deve essere accompagnata da una dichiarazione riguardante il peso della merce, il tipo di prodotto, gli ingredienti e la percentuale di sale rispetto alla farina, per verificare se trattasi di pane a ridotto contenuto di sale.



→*Caratteristiche nutrizionali e indicazioni d'uso*

Come tutti gli alimenti a base di cereali, il pane fornisce prevalentemente carboidrati complessi, mentre la presenza di altri principi nutritivi varia a seconda del tipo.
Il più valido dal punto di vista nutrizionale è il pane prodotto con farina integrale, biologica, macinata a pietra e lievitato con pasta acida.
Ricco di vitamine del gruppo B, minerali e fibre. I pani speciali conditi sono da consumare solo occasionalmente per via dell'elevato contento di grassi.
È vietato utilizzare pane conservato (pan carré o pani a cassetta).

Pane grattugiato

Il pane grattugiato deve essere prodotto dalla triturazione meccanica di pane avente le identiche caratteristiche sopra descritte.
Deve essere ottenuto dalla macinazione di pane comune secco di normale panificazione.
Deve essere consegnato in confezioni sigillate ed etichettate a norma di legge.
Può essere consentito ottenere il pane grattugiato dalla triturazione di pane avanzato, purché questa trasformazione sia adeguatamente processata nel documento di autocontrollo

Crostini di pane

I crostini devono essere preparati senza l'utilizzo di additivi alimentari e grassi di alcun tipo.
Devono essere consegnati in confezioni sigillate ed etichettate a norma di legge ed alla consegna avere una data di scadenza di almeno 6 mesi.

Piadine

Prodotte con farina integrale di grano tenero, acqua, olio extravergine di oliva, sale; non devono contenere additivi né grassi diversi dall'olio evo (es. strutto).
Devono essere in confezioni di quantitativo tale da soddisfare esigenze di consumo giornaliere, eventuali avanzi di prodotto sfuso non potranno essere riutilizzati. Alla consegna devono avere una scadenza di almeno 2 mesi.

Crackers non salati in superficie all'olio extra vergine di oliva

Prodotti con farina di grano tenero di tipo "0" o "1", o se integrale con farina di tipo biologico, acqua, olio extra vergine di oliva, lievito di birra, malto e sale. Non devono essere salati in superficie.
I grassi impiegati devono essere grassi vegetali non idrogenati. Per la refezione scolastica devono essere confezionati in monoporzioni.

→ *Indicazioni d'uso*

I crackers si possono utilizzare per la merenda o lo spuntino, non come sostitutivi del pane.

Gallette di riso e/o altri cereali

Devono essere preparate a partire da uno o più cereali (riso, mais, Kamut, farro, avena) senza additivi alimentari, senza grassi e sale aggiunto.

→ *Indicazioni d'uso*

Le gallette si possono utilizzare per la merenda o lo spuntino; quelle di riso, mais, grano saraceno, quinoa, amaranto durante il pasto come sostitutivo del pane solo in caso di dieta speciale che richieda esclusione di glutine.

Grissini

Prodotti con farina di grano tenero di tipo "0" o "1", farina di farro o se integrale con farina di tipo biologico, acqua, olio extra vergine di oliva, lievito di birra, malto e sale.
Non devono contenere grassi animali, né additivi e devono essere confezionati in confezioni originali monouso regolarmente etichettate.

→*Caratteristiche nutrizionali e indicazioni d'uso*

Grissini, Crackers e gallette contengono una percentuale molto bassa di acqua pertanto il loro contenuto calorico è più elevato di quello del pane. I grissini si possono utilizzare per la merenda o lo spuntino, non come sostitutivo del pane.

Biscotti secchi

I biscotti potranno essere prodotti con farina di grano tenero, zucchero o miele, olio (escludere i prodotti che contengano oli di palma e/o cocco), uova, latte; devono essere privi di additivi, coloranti e aromi.
Per gli asili nido sono da utilizzare biscotti per la prima infanzia, preferibilmente confezionati con grano proveniente da produzioni biologiche; se richiesti, senza latte e uovo.

Fette biscottate

Gli ingredienti consentiti sono: farina di grano tenero, lievito, estratto di malto, sale, zucchero, burro o olio (escludere i prodotti che contengano oli di palma, di cocco, di sansa, di colza e cotone), prive di additivi alimentari.
Devono possedere un'umidità non superiore al 7%.

Le Farine

Devono avere caratteristiche di composizione e di qualità come previste dalla norma di legge, devono essere indenne da infestanti, parassiti, muffe e corpi estranei in genere e non devono presentare grumi, odori e sapori acri.



Le farine devono essere conservate a temperatura ambiente in un luogo fresco, asciutto, ben aerato, lontano da fonti di luce e di calore. Le confezioni non devono essere a contatto diretto con pavimenti o pareti, per questo vanno posizionate su appositi scaffali non aderenti al muro. Le confezioni devono essere sigillate, senza difetti, rotture o altro.
Al momento della consegna la loro vita residua deve essere di almeno 12 mesi.
L'etichettatura deve essere conforme alla normativa di legge.
La fornitura deve avvenire in confezioni di peso adeguato alla necessità; qualora non venga consumato tutto il contenuto, la confezione dovrà essere accuratamente richiusa.

Farina di grano tenero

I numeri doppio zero, 0, 1 e 2 indicano il grado di raffinazione della farina di grano tenero. Un alimento più è raffinato e meno è utile all'organismo; la farina 00 è la più raffinata, ricca di glucidi e povero di

proteine, mentre le farine meno raffinate sono più ricche in fibra e vitamine e sono quindi da privilegiare.

Farina di mais

Ottenuta dalla macinazione del mais, proveniente dall'ultimo raccolto.
La polenta deve essere prodotta nella cucina lo stesso giorno della consumazione.
Dovrà essere preferibilmente confezionata sottovuoto in sacchetti da Kg. 1, 5, 10, 20.
Potrà essere utilizzata una tipologia di farina di mais precotta (polenta), scegliendo un prodotto sottoposto a trattamento termico di precottura con vapore. La fornitura deve essere composta da prodotto con ancora 6 mesi di conservazione.

→ *Indicazioni d'uso*

Farina adatta per le diete senza glutine perché il mais è naturalmente privo di glutine.
Occorre leggere con attenzione l'etichettatura per verificare la possibile contaminazione con farina di frumento qualora sia lavorata nello stesso stabilimento.

Pasta e pasta integrale (semola di grano duro)

La pasta deve essere di prima qualità ottenuta da raffinazione, laminatura e conseguente essiccamento di impasti preparati esclusivamente con semola di grano duro e acqua.
Se di tipo integrale deve essere prodotta con grano duro di provenienza biologica.
Deve essere consegnata essiccata ed in perfetto stato di conservazione.
Non deve presentarsi eccessivamente frantumata, alterata, avariata, colorata artificialmente.
Non deve mostrare, inoltre, in modo diffuso, presenza di macchie bianche o nere, bolle d'acqua, spezzature o tagli.
Quando rimossa non deve lasciare cadere polvere e farina. Deve essere caratterizzata da una buona tenuta alla cottura, un buon aumento di peso, non deve diventare collosa, disfarsi o intorpidire sensibilmente l'acqua di cottura.
I formati devono essere vari ed adeguati al tipo di preparazione.
La consegna deve essere composta da prodotto con ancora 1 anno di conservazione.

Pasta per lasagne

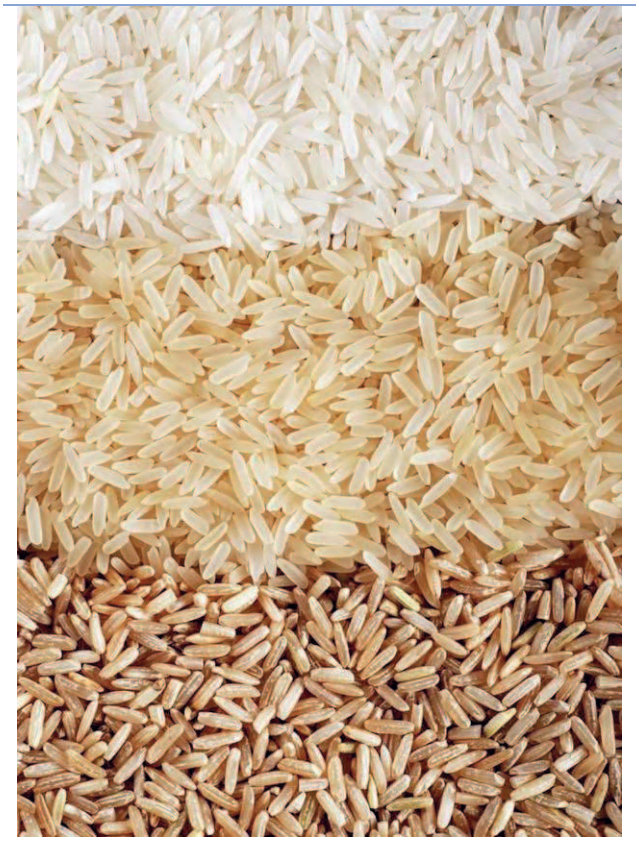
Deve essere prodotta con grano duro, uova fresche pastorizzate, acqua e sale. La pasta per lasagne deve essere esente da additivi chimici ed in particolare da conservanti e coloranti. Può essere fresca, surgelata o secca. È consigliato l'utilizzo di pasta secca per la sua minore deperibilità che permette la conservazione in ambiente non refrigerato, purché fresco e asciutto. Anche il prodotto fresco o surgelato dà buoni risultati, ponendo però attenzione alla temperatura di conservazione (non superiore a +10°C per il fresco e a -18°C per il surgelato). Il prodotto fresco deve avere una vita residua di ancora 15 giorni.

Semolino

È il prodotto che deriva dalla macinazione del grano duro: rispetto alla farina si presenta con un aspetto più granuloso, di colore giallo ambrato e granuli più grandi.

Riso e riso integrale

Deve appartenere al gruppo "fino", "superfino" o "parboiled". Il riso deve resistere alla cottura per non meno di quindici minuti, senza che i grani subiscano un'eccessiva alterazione di forma; quello più adatto nella refezione scolastica è il riso tipo parboiled, anche per la migliore tenuta dei chicchi che non scuociono anche dopo una cottura prolungata. È vietato qualsiasi trattamento del riso con agenti chimici o fisici o con l'aggiunta di qualsiasi sostanza che possa modificarne il colore naturale o comunque alterarne la composizione naturale. Il riso se integrale deve essere di provenienza BIOLOGICA.



→ *Indicazioni d'uso*

È adatto per le diete senza glutine, perché il riso è naturalmente privo di glutine.

Farro, miglio ed orzo

Devono presentarsi con grani uniformi, integri, puliti; non devono esserci tracce di semi infestanti. Il prodotto deve essere indenne da parassiti e corpi estranei. Dovranno provenire da produzione preferibilmente nazionale. Le confezioni (in sacchi o in sacchetti) devono avere un minimo di conservabilità di 12 mesi. Questi cereali è auspicabile che siano utilizzati in alternativa alla pasta e al riso e anche per la preparazione di minestre, creme, zuppe. Se si consumano cereali di tipo integrale, scegliere quelli provenienti da coltivazioni biologiche.

→ *Indicazioni d'uso*

Il miglio è adatto per le diete senza glutine, perché naturalmente privo di glutine.

Couscous/couscous integrale

Prodotto con la semola di grano duro, precotto al vapore ed essiccato. È apprezzato per la sua rapidità di preparazione. Si prepara aggiungendo acqua o brodo bollente e poi lo si lascia riposare. Una volta cotto risulta essere morbido e leggero, non deve essere gommoso, né formare grumi. Può essere impiegato nella preparazione di piatti unici, accompagnato da carne o pesce. Se di tipo integrale deve essere prodotto con grano duro di provenienza biologica.

Quinoa (pseudo cereale)

Si presenta in forma di grani piccoli e rotondi. Si distingue dagli altri cereali per l'alto contenuto proteico e per la totale assenza di glutine, che la rende adatta anche ai celiaci. Scegliere preferibilmente quinoa proveniente dal Commercio Equo e Solidale.

→*Caratteristiche nutrizionali*

I cereali integrali rispetto ai cereali raffinati presentano un contenuto di fibre più elevato ed un contenuto di carboidrati più basso. La fibra svolge diverse funzioni utili all'organismo, in particolare dà senso di sazietà, stimola l'attività intestinale e rallenta l'assorbimento di zuccheri, colesterolo, acidi grassi. Considerando che in genere i bambini assumono poca verdura e frutta, l'introduzione di alimenti integrali nell'alimentazione permette di integrare ed aumentare l'apporto di fibre.

Gnocchi di patate

Devono riportare la dicitura "gnocchi di patate", e devono essere preparati con almeno il 70 % di patate fresche senza l'aggiunta di latte, uova, grassi o di additivi alimentari (coloranti, conservanti, solfiti ed esaltatori di sapidità); è consentita solo la presenza di acido sorbico, sorbato di potassio e acido citrico. Devono essere in confezioni di quantitativo tale da soddisfare esigenze di consumo

giornaliere, senza determinare avanzi di prodotto sfuso. Potranno essere freschi, confezionati sottovuoto o in atmosfera modificata, surgelati o congelati, trasportati e conservati a temperatura di refrigerazione. In caso di prodotto surgelato/congelato il trasporto e la conservazione dovranno avvenire a –18°C. Le confezioni devono riportare in etichetta tutte le indicazioni previste dalle vigenti disposizioni di legge. La fornitura deve essere composta da prodotto con ancora 15 giorni di conservazione.
È possibile utilizzare gnocchi preparati anche con l'aggiunta di verdure (zucca, spinaci, etc.). È vietato l'uso di preparati in polvere per il confezionamento di gnocchi di patate. Negli asili nido gli gnocchi possono essere proposti solo se confezionati direttamente dalla cucina a partire da patate fresche.



→ *Indicazioni d'uso*

Gli gnocchi tendono facilmente ad attaccarsi tra loro, è preferibile utilizzarli quando il numero di pasti non è elevato e i tempi di trasporto ridotti al minimo.

Pasta speciale con ripieno

Può essere fresca, secca o surgelata; di preferenza dovrà contenere ripieno di verdura e latticini poco sapido, senza additivi e conservanti ed esaltatori di sapidità (glutammato monosodico).

→ *Indicazioni d'uso*

Può essere utilizzata saltuariamente come piatto unico in occasione di festività, ricorrenze, menù tipici.

Pasta per Pizza

Deve essere preparata con farina di tipo "0", acqua, sale, olio extravergine di oliva, lievito di birra, senza aggiunta di oli diversi dall'olio extravergine di oliva, grassi e additivi. La pizza dovrà essere guarnita solo con pomodori pelati o passata di pomodoro, mozzarella di vacca (solo da latte, sale, caglio e senza conservanti) e, se gradito, origano. Se fornita da terzi (panificio, catering, ecc.) deve essere trasportata in contenitori idonei per alimenti dotati di coperchio in modo da proteggere il prodotto da ogni forma di insudiciamento. La modalità di produzione, confezionamento, immagazzinamento e distribuzione deve essere tale da garantire un'adeguata igiene del prodotto fino al consumo. La fornitura deve essere accompagnata da scheda tecnica che confermi la preparazione dell'impasto come richiesto e, se farcita, riporti gli ingredienti con la loro grammatura.
Deve essere utilizzata lo stesso giorno della consegna.

ALIMENTI DI ORIGINE ANIMALE

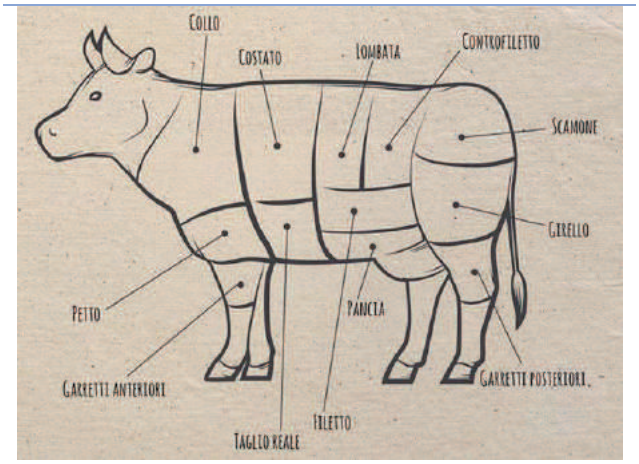
CARNI

Sono ammessi tagli di carni (bovine, suine e avicunicole) congelate, provenienti da ditte riconosciute; il loro trasporto deve avvenire nel rispetto delle temperature indicate a norma di legge.
La fornitura deve essere composta da prodotto congelato da non oltre 3 mesi. Le forniture di tutte le carni dovranno essere di grammature da usarsi totalmente in giornata; è vietato decongelare parzialmente per tagliare un pezzo grande di carne e riporre in congelatore. Lo scongelamento deve avvenire in cella frigorifera a +0°C a +4°C, nelle confezioni originali e comunque proteggendo l'alimento da inquinamenti ambientali, per un tempo necessario, proporzionato alle dimensioni delle confezioni, ma comunque non oltre le 24 ore.
A completo scongelamento si deve procedere all' immediata cottura e al consumo. Non consentito l'uso di prodotti carnei preconfezionati (aggiunte di aromi, glutammati) e precotti (cotolette).

Carni di bovino

Le forniture devono provenire da macelli e laboratori riconosciuti ai sensi del Reg Ce 853/2004 e devono essere bollate ai sensi del Reg CE 854/2004 Capo III All. II.
La carne bovina (vitellone) deve provenire da animali di età compresa tra 10 e 24 mesi. Tutti gli animali devono essere nati e allevati nella comunità europea. I singoli tagli di carne refrigerata possono essere in confezioni sottovuoto, devono presentare i requisiti di conformità alla normativa vigente, con particolare riguardo all'etichettatura e tracciabilità del prodotto.

Le carni confezionate devono presentare involucro integro, trasparente e ben aderente alla carne, non devono presentare macchie superficiali e corpi estranei. I materiali impiegati per il confezionamento sottovuoto devono essere conformi alla normativa vigente per i materiali a contatto con gli alimenti. Il trasporto deve avvenire con automezzi idonei, nel completo rispetto delle norme igienico-sanitarie, valide anche per il personale che provvede al trasporto. I tagli delle carni di vitellone suggeriti per le varie preparazioni sono:
noce e rosa per scaloppine e arrosti;
scamone, contro girello o fesa di mezzo per scaloppine, carne alla pizzaiola, spezzatini e carne da macinare;
fesone di spalla per carne alla pizzaiola, brasato, spezzatini e da macinare.

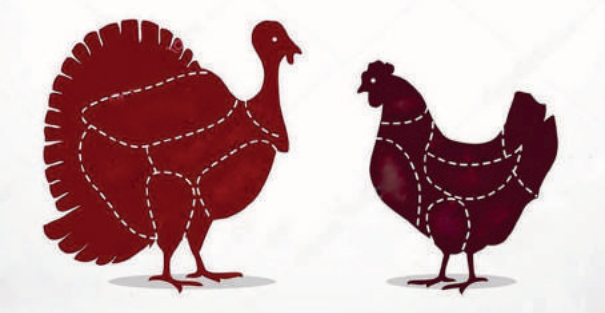


→Caratteristiche nutrizionali

La carne di bovino costituisce un'ottima fonte proteica in quanto ricca di amminoacidi essenziali. Rilevante inoltre la presenza di sali minerali, soprattutto ferro utile per l'accrescimento, e vitamine.
La filiera corta e il prodotto italiano sono da preferire perché i tempi brevi tra la produzione e la somministrazione consentono di mantenere un livello di qualità superiore.

Carni avicunicole

Per pollo, tacchino e coniglio non si accettano forniture provenienti da allevamenti extraeuropei, ma solo europei, preferibilmente nazionali.
Il confezionamento e l'etichettatura devono essere conformi a quanto richiesto dalla normativa vigente. Il trasporto deve avvenire in condizioni igienico sanitarie ineccepibili e alla temperatura inferiore o uguale a +4°C. Il consumo deve essere effettuato entro e non oltre 2/3 giorni dalla data di consegna. Le carni si devono presentare di colore rosato-giallo, consistenza soda, esente da ematomi, privi di odori anomali; le parti anatomiche con cute devono presentarsi prive di piume, fratture o lesioni esterne.



→*Caratteristiche nutrizionali*

Le carni di pollo e di tacchino appartengono alla categoria delle carni bianche, scarse di tessuto connettivo e a basso contenuto di grassi ma ricche di proteine nobili.

Carni suine

Sono da preferire carni da allevamenti nazionali, con tutta la filiera del prodotto italiana dalla nascita al confezionamento. Le carni si devono presentare di colore rosa chiaro, omogeneo, senza zone di colorazione anomale, con grasso di colore bianco. I tagli non devono presentare flaccidità del tessuto muscolare

→*Caratteristiche nutrizionali*

Negli ultimi anni l'alimentazione mirata degli animali ha portato a sviluppare razze di suino con un contenuto di grassi ridotto al 6-7% in favore degli acidi grassi insaturi, ricchi di omega 3, cosiddetti grassi buoni; la carne di suino è fonte di proteine di ottima qualità, Sali minerali e vitamina B12.

PESCE CONGELATO O SURGELATO

Il pesce surgelato o congelato deve provenire da stabilimenti in possesso di riconoscimento comunitario (bollo CE) rilasciato ai sensi del Reg. CE 853/2004, oppure extracomunitari a questi equiparati e come tali riconosciuti dalla CE, nei quali si applicano tutte le modalità di lavorazione e i controlli previsti dalle normative europee vigenti. Sull'etichetta deve essere dichiarata la denominazione commerciale e scientifica della specie, il produttore o importatore, il metodo di produzione (pescato o allevato), la zona di cattura, il metodo di pesca, il lotto e la data di scadenza o TMC. Il pesce deve essere in confezioni originali e in buono stato di conservazione. La glassatura deve sempre essere presente, formare uno strato continuo e uniforme, non deve superare il 20% per la platessa. Il prodotto non deve avere subito interruzione della catena del freddo (- 18°), non si devono infatti evidenziare caratteristiche derivanti da alterazioni termiche, quali deformazione delle confezioni, brinature, cristallo di ghiaccio visibili, compattamenti del prodotto, bruciature da freddo. Il trasporto deve avvenire a temperatura pari o inferiore -18°C mediante veicoli attrezzati in modo da garantire il mantenimento della temperatura nei termini sopra descritti durante tutto il trasporto. Alla consegna i prodotti ittici devono avere tempo di conservazione di almeno 6 mesi. Allo scongelamento il prodotto non deve

presentare corpi estranei, deve avere odore gradevole e non deve sviluppare odori anomali (ammoniacale) e deve conservare una consistenza simile a quella del prodotto fresco.
Il pesce deve essere perfettamente deliscato.



Non è ammesso pesce surgelato con presenza di conservanti (ad eccezione di E300 acido ascorbico, E301 sodio ascorbato, E302 calcio ascorbato, E330 acido citrico, E331 citrati di sodio, E332 citrati di potassio), né pesce ricostituito o ricomposto. Di norma non sono ammessi bastoncini di pesce e crocchette di pesce impanati prefritti o precotti; potrebbero essere accettati e inseriti occasionalmente nel menù, solo previa verifica della scheda tecnica del prodotto. Si potrà scegliere tra tipologie di filetti o tranci: Cernia, Halibut, Limanda, Merluzzo, Nasello, Merluzzo carbonaro, Pollack d'Alaska, Platessa, Salmone, San Pietro, Smeriglio, Spigola o Branzino, Tonno a pinne gialle o obeso, Sgombro. Evitare pesce Pangasio, pesce d'acqua dolce allevato in Vietnam perché ha una composizione chimico/nutrizionale differente rispetto alla maggior parte delle specie ittiche, cioè una quantità di grassi saturi più elevata e Omega 3 in minima quantità. Si potrà scegliere tra tipologie di filetti o tranci: Cernia, Halibut, Limanda, Merluzzo, Nasello, Merluzzo carbonaro, Pollack d'Alaska, Platessa, Salmone, San Pietro, Smeriglio, Spigola o Branzino, Tonno a pinne gialle o obeso, Sgombro.
Evitare pesce Pangasio, pesce d'acqua dolce allevato in Vietnam perché ha una composizione chimico/nutrizionale differente rispetto alla maggior parte delle specie ittiche, cioè una quantità di grassi saturi più elevata e Omega 3 in minima quantità.
Si consiglia di scegliere i prodotti riportanti le seguenti zone di cattura:

Zone di Cattura	Definizione della zona
Atlantico nord-orientale (Mar Baltico escluso)	Zona FAO n. 27
Atlantico sud-occidentale	Zona FAO n. 41
Atlantico sud-orientale	Zona FAO n. 47
Mar Mediterraneo	Zona FAO n. 37

→*Caratteristiche nutrizionali*

Il pesce apporta proteine di valore biologico paragonabile a quelle presenti nella carne, ma si differenzia per la quantità e qualità dei grassi, in prevalenza acidi grassi polinsaturi. Per questo è consigliato un consumo minimo di 2 volte a settimana. Sono da preferire i prodotti della pesca dei mari nordici (es merluzzo) che hanno una minor possibilità di essere contaminati da residui di metalli pesanti e il pesce azzurro (es sgombro, alici e sardine) del Mar Mediterraneo con requisiti nutritivi superiori.

MOLLUSCHI BIVALVI (COZZE E VONGOLE) E CEFALOPODI SURGELATI (POLPI, TOTANI, CALAMARI, SEPPIE, MOSCARDINI)

I molluschi surgelati devono essere in buono stato di conservazione, devono presentare caratteristiche organolettiche e

di aspetto paragonabili a quelli presenti nella stessa specie allo stato di buona freschezza. La forma deve essere quella tipica della specie. L'odore deve essere gradevole. La consistenza del muscolo deve essere soda ed elastica e deve essere valutata quando la temperatura ha raggiunto quella ambiente. Devono essere esenti da additivi ad eccezione di E 300 acido ascorbico, E301 sodio ascorbato, E302 calcio ascorbato, E330 acido citrico, E331 citrati di sodio, E332 citrati di potassio. Tipologie suggerite: cozze e vongole sgusciate, polpo, moscardini, seppioline, totani, gamberi sgusciati e calamari interi oppure anelli. Lo scongelamento deve avvenire in cella frigorifera a +0°C a + 4°C, evitando il contatto dell'acqua derivata dallo scongelamento con il pesce e comunque proteggendo l'alimento da inquinamenti ambientali, per un tempo necessario proporzionato alle dimensioni delle confezioni, ma comunque non oltre le 24 ore. A completo scongelamento si deve procedere all' immediata cottura e al consumo.

UOVA DI GALLINA E OVOPRODOTTI

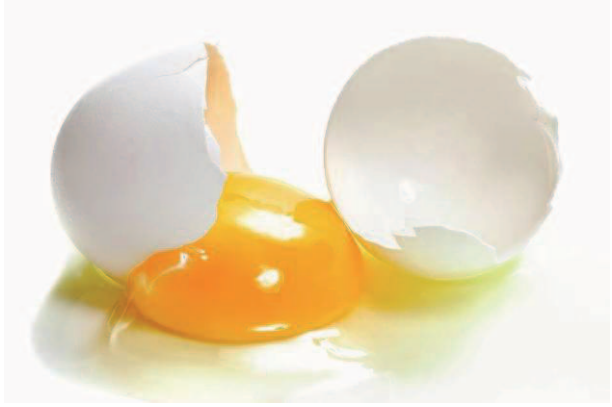
→*Caratteristiche nutrizionali*

L'uovo è l'alimento con il più alto valore biologico perché le proteine presenti nell'albume contengono tutti i 9 amminoacidi essenziali di cui abbiamo bisogno e che il nostro corpo non può produrre da solo. Il tuorlo è fonte di grassi saturi e di colesterolo.

Uova

Le uova devono provenire da centri di imballaggio specificamente riconosciuti ai sensi del Reg. CE 853/2004. Devono essere di provenienza nazionale, di categoria "A" medie, avere peso da 53 g e 63 g e presentare le seguenti caratteristiche:

- il guscio deve presentarsi senza incrinature e pulito senza macchie di sangue;
- l'albume deve essere chiaro e limpido, di consistenza gelatinosa, esente da corpi estranei;
- il tuorlo all'apertura deve essere intatto e di struttura globosa, ben separato dall'albume.



Le caratteristiche e la commercializzazione delle uova devono corrispondere alla normativa vigente. Dopo la consegna le uova devono essere riposte in ambiente refrigerato (+4°C) ed essere utilizzate entro 7 giorni dalla data di scadenza.

Ovoprodotti: uova intere emulsionate e pastorizzate

Ottenuti da uova nazionali, confezionati in brick in pezzature da 0,5 kg o 1 kg. Le confezioni devono presentarsi integre, prive di ammaccature; il prodotto deve essere trasportato e conservato alla temperatura uguale o inferiore a +4°C e alla consegna deve avere una fruibilità di almeno 15 gg. Dopo l'apertura va utilizzato completamente, non è ammessa la conservazione in frigorifero di confezioni aperte.

LATTE E PRODOTTI A BASE DI LATTE

Latte fresco intero

Prodotto nazionale, di provenienza da stabilimenti riconosciuti CEE. Per la preparazione di merende destinate agli asili nido o scuole dell'infanzia deve essere utilizzato esclusivamente latte intero fresco, pastorizzato di alta qualità, così come definito dalla normativa vigente.



→*Caratteristiche nutrizionali*

Il latte vaccino è una fonte primaria per tre fondamentali sostanze nutritive: calcio, potassio e vitamina D. Fornisce grandi quantità di calcio che viene facilmente assorbito ed è una importante fonte di proteine di alta qualità biologica, di minerali e di vitamine.

Il trasporto deve essere effettuato nei termini previsti dalla legge, in condizioni igienico-sanitarie ineccepibili, alla temperatura di 0°C/+4°C e con un mezzo di trasporto idoneo, alla temperatura massima di + 9°C. Negli asili nido per il consumo tal quale, dovrà esser utilizzato unicamente latte "fresco pastorizzato intero con definizione di Alta Qualità", acquistato in giornata da fornitura della Centrale del latte e consumato in giornata.
Il latte deve essere utilizzato da confezioni aperte in giornata e completamente consumato o comunque non riutilizzabile in giornate successive.

Latte a lunga conservazione UHT

Il latte UHT nazionale, intero o parzialmente scremato può essere utilizzato esclusivamente come ingrediente in alcune preparazioni culinarie (es. besciamella, gnocchi alla romana).

Yogurt di latte vaccino

Lo yogurt è ottenuto da latte pastorizzato, fermentato con microrganismi specifici acidificanti vivi e vitali (Streptococcus Termophilus e Lactobacillus Bulgaricus). Deve essere privo di zuccheri o zuccheri d'uva aggiunti, additivi alimentari, coloranti ed aromi. Il prodotto deve avere un gusto tipico, odore e colore caratteristici con consistenza morbida e cremosa, omogeneo e senza separazione del siero. Per il consumo di yogurt alla frutta, somministrare solo yogurt naturale a cui si aggiungerà frutta fresca di stagione. Eventuali avanzi di confezioni aperte non vanno conservate per utilizzi successivi. Al momento della consegna la vita residua deve essere di almeno 15 gg



→*Caratteristiche nutrizionali*

Lo yogurt essendo un derivato del latte, ne eredita le proteine, i sali minerali e le vitamine; è più digeribile perché contiene meno lattosio e i fermenti lattici in esso contenuti contribuiscono a riequilibrare la flora intestinale.

Formaggi stagionati

È da favorire l'impiego di formaggi a denominazione d'origine e tipici (DOP), perché tutelati ciascuno da un proprio Consorzio che garantisce ogni fase di lavorazione e commercializzazione.
Scegliere tra:

- Taleggio, Quartirolo, Salva cremasco, Formai de mut, Bitto, Provolone valpadana, Fontal, Valtellina Casera, Asiago, Montasio;
- formaggi tradizionali bergamaschi che si fregiano del marchio "Prodotti dei Mille sapori" attribuito dalla Camera di Commercio di Bergamo: Formagella Val di Scalve, Stracchino Monte Bronzone, Branzi, Strachitund, Torta Orobica.

Potranno essere acquistati anche in parti preconfezionate sul cui involucro deve risultare l'indicazione del marchio secondo le norme previste dai rispettivi disciplinari di produzione.



I formaggi devono essere di prima scelta e non possono essere forniti in stato di eccessiva maturazione, colorati all'interno o all'esterno con sostanze coloranti. Nella produzione non devono essere state aggiunte al latte sostanze estranee, ad eccezione del caglio, degli eventuali fermenti lattici e del sale. Non sono ammessi additivi negli ingredienti e conservanti della crosta. La pasta deve presentarsi omogenea ed avere il punto giusto di maturazione e stagionatura.

Parmigiano Reggiano DOP

Deve rispondere al disciplinare di produzione approvato dal Consorzio di tutela. La stagionatura non può essere inferiore ai 24 mesi in modo da escludere nel prodotto la presenza di lattosio e consentirne la somministrazione anche agli utenti che presentino intolleranza al lattosio. Gli spicchi di parmigiano dovranno avere la crosta con impressa la marchiatura tipica e devono essere confezionati secondo quanto previsto dal consorzio per la tutela del Parmigiano Reggiano. Negli asili nido come condimento per primi piatti e come secondo piatto può essere utilizzato solo il Parmigiano Reggiano.

Grana Padano DOP

Deve rispondere al disciplinare di produzione approvato dal Consorzio di tutela. La stagionatura non deve essere inferiore ai 9 mesi (generalmente è di 12-16 mesi), sulla crosta deve essere presente il marchio a fuoco del Consorzio Grana padano. Nel processo tecnologico di produzione del Grana Padano può essere utilizzato come antifermentativo lisozima E1105 derivato dall'uovo, pertanto questo formaggio non può essere utilizzato per i bambini allergici all'uovo.

Formaggi freschi (mozzarella fiordilatte e crescenza)

Dovranno essere ottenute da latte intero pastorizzato, fermenti lattici, caglio, sale e con dichiarazione "senza conservanti".



La mozzarella deve essere fornita preferibilmente in bocconcini da 35 g cadauno, in modo tale da facilitare la porzionatura. Le confezioni dovranno portare ben leggibile la data di scadenza e al momento della consegna dovranno avere almeno 15 giorni di vita residua. Dopo il consumo non devono essere conservate rimanenze di prodotto in confezioni non integre.

Ricotta

È ottenuta dalla coagulazione del siero di latte vaccino, ovino, caprino, pastorizzata e preconfezionata all'origine, non addizionata di crema di latte e priva di conservanti.



Le confezioni preferibilmente monodose dovranno portare ben leggibile la data di scadenza e al momento della consegna dovranno avere almeno 15 gg di vita residua. Dopo il consumo non devono essere conservate rimanenze di prodotto in frigorifero.

→ *Indicazioni d'uso*

È vietato l'uso di formaggi fusi (formaggini, sottilette) per la presenza di Sali di fusione che riducono l'assorbimento del calcio. È da preferire la somministrazione di formaggio fresco per il minor contenuto di grassi, ma il formaggio stagionato risulta maggiormente digeribile e accettabile per le persone intolleranti al lattosio. Se il pasto è trasportato il formaggio deve essere porzionato nel centro cottura ed arrivare nel terminale di distribuzione in contenitori idonei dotati di coperchio, pronto al consumo.

ALIMENTI CONSERVATI

PASSATA DI POMODORO

La passata deve essere preparata utilizzando pomodori freschi, sani, integri, priva di additivi, di aromatizzanti artificiali, di sostanze conservanti, di condimenti grassi e di coloranti. Si richiedono conserve in contenitori di vetro di provenienza nazionale. Le etichette dei contenitori devono riportare tutte le indicazioni previste dalle vigenti disposizioni di legge. Le confezioni devono avere grammatura tale da essere consumate totalmente dopo l'apertura. Al momento della consegna la vita residua deve essere di almeno 12 mesi.

POMODORI PELATI

I frutti utilizzati si devono presentare sani, interi, freschi, maturi, di sapore delicato tendenzialmente zuccherino, di media grandezza; inoltre non devono avere subito manipolazioni prima dell'inscatolamento, oltre alla scottatura ed alla pelatura.



Il peso sgocciolato non deve risultare inferiore al 60% del peso netto.
Devono essere confezionati in banda stagnata e i contenitori non devono presentare ammaccature, punti di ruggine, corrosioni interne e non devono essere bombati. Le etichette dei contenitori devono riportare tutte le indicazioni previste dalle vigenti disposizioni di legge.
Il prodotto deve essere di origine nazionale. Al momento della consegna la vita residua deve essere di almeno 24 mesi.

PESTO ALLA GENOVESE

Si richiede preferibilmente l'impiego di pesto fresco preparato nello stesso giorno del consumo con: basilico fresco, Parmigiano Reggiano o Pecorino, pinoli, olio extra vergine di oliva, sale ed eventualmente aglio.
Se si usa pesto confezionato dovrà essere utilizzato un prodotto nazionale con ingredienti simili a quello fresco, privo di anacardi, additivi e aromi.
All'apertura non deve presentare odore e sapore anomali dovuti all'irrancidimento.
Deve essere fornito in confezioni di quantitativo tale da soddisfare esigenze di consumo giornaliere, senza determinare avanzi di prodotto sfuso.
È vietato conservare il prodotto in rimanenza.

TONNO SOTT'OLIO

Il prodotto dovrà essere ottenuto dalla lavorazione del tessuto muscolare del tonno, preparato da esemplari in perfette condizioni di freschezza al momento della lavorazione e inscatolato in pezzi regolari di grandezza proporzionata alla grandezza della scatola, conservato in olio vergine o extravergine di oliva.
Deve presentarsi in ottimo stato di conservazione, deve essere consistente

con fibre non stoppose, di colore naturale, di sapore gradevole caratteristico.
All'atto dell'apertura della scatola deve risultare totalmente immerso nell'olio di oliva, non deve emanare odore sgradevole, tolto dalla scatola e privato dell'olio dovrà conservare le sue caratteristiche anche un'ora dopo.
Il prodotto che presentasse colore anomalo, biancastro tendente al verde, con macchie o grumi di sangue, dovrà essere scartato. Le confezioni possono essere monodose da 80 g o da collettività, prodotte in stabilimenti nazionali o comunitari riconosciuti dalle leggi vigenti.
Non è ammesso il mantenimento di rimanenze di prodotto dopo il consumo.
Le confezioni dovranno essere pulite, non arrugginite, non ammaccate, non bombate, non corrose internamente.
Alla consegna il prodotto deve avere vita residua di almeno 2 anni.

→*Caratteristiche nutrizionali*

Il tonno, come tutti i grossi pesci predatori, accumula una certa quantità di mercurio nelle proprie carni, assumendolo dai pesci di cui si nutre. Il tonno a pinne gialle essendo un predatore vorace, ed arrivando ad una dimensione superiore alla media, accumula una quantità di mercurio maggiore rispetto agli altri tipi di tonno, di dimensioni inferiori e di minore voracità (es. Alalunga, tonno rosso). Di norma il tonno in scatola è tonno a pinne gialle, quindi è consigliabile limitarne il consumo e preferire il pesce fresco. Non è ammesso l'uso di tonno al naturale per l'alto contenuto di sale.

CONFETTURA DI FRUTTA

La Confettura di frutta deve essere di origine nazionale di qualità extra, e la dicitura confettura extra dovrà essere visibile sull'etichetta.

È preferibile utilizzare confettura con il 60% di frutta o composte di frutta senza zuccheri aggiunti.
Dovrà essere prevista una rotazione delle varietà di tipologia di frutta.



SUCCHI DI FRUTTA

La percentuale di frutta dovrà essere del 100% senza aggiunta di acqua e zuccheri. Dovrà essere un prodotto fresco pastorizzato da conservare in regime di refrigerazione.

POLPA DI FRUTTA TIPO MOUSSE

Prodotto in confezioni monouso da 100 g, dovrà contenere frutta senza aggiunta di zucchero e conservanti; è ammesso l'utilizzo del solo acido ascorbico come antiossidante.

CONDIMENTI E SPEZIE

OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA

È da preferire il prodotto con olive da coltivazione nazionale, ottenuto per spremitura a freddo.
Deve essere limpido, privo di impurità, di sapore gradevole, odore e colore caratteristici. Deve essere fornito in bottiglie di vetro da litro di colore scuro, dotato di sistema di chiusura richiudibile in modo igienico. L'olio è da conservare in luogo fresco, al riparo da fonti di calore e di luce diretta. Al momento della consegna la vita residua deve essere di almeno 12 mesi.



→ *Indicazioni d'uso*

L'olio extravergine di oliva è da utilizzare a crudo come condimento o per cucinare le preparazioni che lo richiedono. Nella ristorazione scolastica è il condimento da preferire per la migliore valenza nutritiva, la stabilità alla cottura e il minor rischio di ossidazione ed irrancidimento.

OLIO DI SEMI DI ARACHIDE

L'olio di arachide può essere utilizzato per le cotture (ad esclusione di quelle effettuate presso le cucine degli asili nido).
Deve essere limpido, privo di impurità, deve avere sapore e odore delicato; il colore è giallo molto chiaro.
Le confezioni non devono presentare ammaccature, ruggine o altri difetti.
Durante lo stoccaggio l'olio deve essere conservato in luogo fresco e asciutto, al riparo da fonti di calore e al riparo da luce diretta. Al momento della consegna la vita residua deve essere di almeno 12 mesi.

→ *Indicazioni d'uso*

Può essere utilizzato nelle cotture, ma non come condimento.

BURRO

Il burro non deve avere un contenuto in materia grassa inferiore all'80% come da normativa vigente. Il burro deve risultare fresco e non sottoposto a congelamento.



Non deve essere in alcun modo alterato, non deve avere gusto di rancido e presentare alterazioni di colore sulla superficie.
Non deve esserci crescita di muffe. Si dovranno accettare forniture di solo burro

proveniente da crema ricavata dal latte di vacca, sottoposto a pastorizzazione con aggiunta solamente di sale da cucina e non dovrà contenere ne additivi nè coloranti. Alla consegna il prodotto dovrà avere ancora 2 mesi di conservazione.
Non è consentito l'uso di margarina.

ACETO DI MELE

L'aceto di mele, ha un aroma leggermente fruttato ed agrodolce. Deve essere fornito in bottiglie in vetro con un sistema di chiusura richiudibile in modo igienico ed esente di deposito.
Prodotto e confezionato secondo la normativa vigente.

→*Caratteristiche nutrizionali*

L'aceto di mele rispetto all'aceto di vino ha un sapore più delicato e possiede una maggior varietà di sali minerali, potassio in particolare.

SALE FINO E GROSSO

Il sale da cucina fino e grosso in genere non è purissimo, ma è costituito dal 96-97% di cloruro di sodio, e da piccole quantità di cloruro di magnesio e di solfato di calcio.



Nella ristorazione scolastica in ottemperanza alla L. n. 55 del 21/03/2005 (disposizioni finalizzate alla prevenzione del gozzo endemico) è obbligatorio l'uso del sale iodato o iodurato, addizionato di ioduro di potassio e/o iodato di potassio.
Il sale marino integrale, pur essendo non raffinato, ha un contenuto di ioduro di potassio trascurabile, ritenuto insufficiente per il fabbisogno di Iodio dei bambini e della popolazione generale.

SPEZIE ED ERBE AROMATICHE

Possono essere utilizzati: basilico, cannella, chiodi di garofano, erba cipollina, maggiorana, noce moscata, origano, pepe bianco o nero, rosmarino, salvia, timo, contenuti in involucri sigillati recanti denominazione, peso netto, nome e sede della ditta produttrice.



Zafferano

Prodotto ottenuto dagli stimmi del fiore del Crocus sativus.
Si richiede zafferano in polvere, in involucri sigillati, recanti denominazione, peso netto, nome e sede della ditta preparatrice.
Per la preparazione di risotti destinati ai servizi scolastici deve essere previsto l'impiego minimo di 0,125 g di zafferano ogni otto utenti.

Curcuma

La curcuma è una polvere di colore giallo ottenuta dalla frantumazione del rizoma di una pianta tropicale.
Viene anche chiamata zafferano delle indie. La sostanza principale della curcuma è la curcumina che è un potente

antiossidante e antinfiammatorio. Viene maggiormente assorbita se assunta insieme al pepe, come ad esempio nel curry. Può essere utilizzata in piccole quantità nei risotti, nelle minestre e nelle zuppe. Deve essere acquistata già essiccata e macinata in polvere, e da conservare al riparo da luce e umidità.

→*Caratteristiche nutrizionali e indicazioni d'uso*

Erbe e spezie hanno in comune il potere antiossidante e la proprietà di stimolare la secrezione gastrica favorendo la digestione. L'aggiunta di erbe aromatiche e spezie alle preparazioni consente di insaporire le pietanze riducendo l'apporto di sale.

ALTRI ALIMENTI

GELATO



Gelato alla frutta

Ottenuto industrialmente a partire da acqua, polpa di frutta e con limitato tenore di zuccheri. Deve essere senza glutine dichiarato, privo di coloranti, antiossidanti, addensanti, stabilizzanti e aromi. Deve essere confezionato in coppette da 50-60 g e la confezione deve riportare la data di consumazione consigliata, essere pulita e non aperta. La catena del freddo deve essere rigorosamente rispettata (il trasporto deve avvenire in condizioni igienico-sanitarie ineccepibili ed alla temperatura di -18°C).

Gelato alle creme

Ottenuto con latte o yogurt, panna, zucchero, frutta, aromi naturali, senza aggiunta di oli tropicali di palma e di cocco, coloranti, conservanti e aromi artificiali.

→ *Indicazioni d'uso*

Leggere attentamente le etichette per selezionare i gelati con le caratteristiche indicate. I sorbetti alla frutta vengono utilizzati soprattutto per le merende o a fine pasto, NON in alternativa alla frutta, mentre i gelati alla crema possono sostituire lo yogurt in una merenda estiva.

CIOCCOLATO FONDENTE

Ottenuto con i seguenti ingredienti: pasta di cacao, zucchero, burro di cacao, cacao magro, aromi naturali, privo di grassi diversi dal burro di cacao (Karité, palma), proteine del latte, siero di latte, lattosio, addensanti.



→*Caratteristiche nutrizionali e indicazioni d'uso*

L'ingrediente che fa del cioccolato un alimento salutare è il cacao che rappresenta una delle fonti più generose di flavonoidi, importanti antiossidanti. Per questo occorre scegliere almeno un fondente extra al 70% di cacao. Il cioccolato può essere servito insieme al pane come merenda del pomeriggio, facendo attenzione alla porzione, data la densità calorica.

ACQUA

Acqua potabile

Durante la somministrazione del pasto è preferibile utilizzare acqua di rubinetto poiché l'acqua è potabile (cioè conforme ai requisiti stabiliti dal D. L.vo 31/2001), è buona così com'è e non necessita di ulteriori trattamenti.



Viene periodicamente controllata sia dall'Ente Gestore che dall'Autorità sanitaria a garanzia e tutela della salubrità dell'acqua e della sicurezza dell'utenza, è disponibile istantaneamente e non necessita di imbottigliamento, trasporto, stoccaggio e condizioni particolari di conservazione.

Acqua minerale

L'uso dell'acqua minerale in bottiglia è riservato agli asili nido o alle altre ristorazioni scolastiche in caso di emergenza, interruzione della fornitura o durante le uscite didattiche. Deve essere oligominerale naturale totalmente degassata e microbiologicamente pura come richiesto dalla normativa vigente. Deve provenire preferibilmente da sorgenti e stabilimenti d'imbottigliamento della provincia di Bergamo. Per l'uso all'asilo nido dovrà essere oligominerale minimamente mineralizzata con residuo fisso inferiore a 50 mg per litro; i nitrati espressi come ione nitrico dovranno essere assenti o comunque inferiore a 10 mg per litro. Per le altre ristorazioni scolastiche potrà avere residuo fisso compreso tra 50 e 500 mg per litro. La vita residua della fornitura al momento della consegna deve essere almeno di 15 mesi.
Le bottiglie devono essere conservate al riparo da fonti di calore, luce e intemperie.

ALIMENTI A BASE DI SOIA

→Caratteristiche nutrizionali

Questi alimenti garantiscono un apporto proteico molto simile a quello del latte vaccino e derivati, a differenza però hanno uno scarso contenuto di grassi saturi, assenza di colesterolo e contenuto di zuccheri. Possono essere utilizzati come sostituti del latte vaccino e derivati per la dieta dei bambini allergici al latte o intolleranti al lattosio, e nell'alimentazione dei bambini che seguono regimi alimentari privi di alimenti di origine animale.

Bevanda alla soia

Bevanda prodotta a partire da semi di soia interi non OGM, senza aggiunta di sale, zucchero, vitamine, emulsionanti, stabilizzanti e aromi, di provenienza preferibilmente europea.
Ingredienti: acqua, semi di soia decorticati con contenuto minimo al 6,5%; può essere addizionata di fosfato di calcio.

Preparazione alimentare a base di soia con fermenti vivi

Comunemente detto yogurt di soia è ricavato dalla bevanda di soia concentrata a cui vengono aggiunti fermenti lattici. Deve essere privo di zuccheri aggiunti, grassi vegetali, stabilizzanti, fosfato di calcio, regolatori di acidità.
Ha la consistenza cremosa tipica dello yogurt. Per la tipologia alla frutta, utilizzare solo quello naturale a cui si aggiungerà frutta fresca di stagione.
Non vanno conservate confezioni aperte. Le confezioni devono essere da 125 g. Al momento della consegna la vita residua deve essere di almeno 15 gg.

Tofu al naturale

Si ricava dalla cagliatura del succo estratto dalla soia gialla e dalla successiva pressatura in blocchi che gli da un aspetto simile al formaggio.



È da preferire quello naturale biologico privo di gelificanti, grassi aggiunti, addensanti e stabilizzanti. Ingredienti: acqua, soia (minimo 40%), cloruro magnesio (o Nigari). Da utilizzare nelle diete prive di alimenti di origine animale.

PREPARATI PER PURÈ DI PATATA

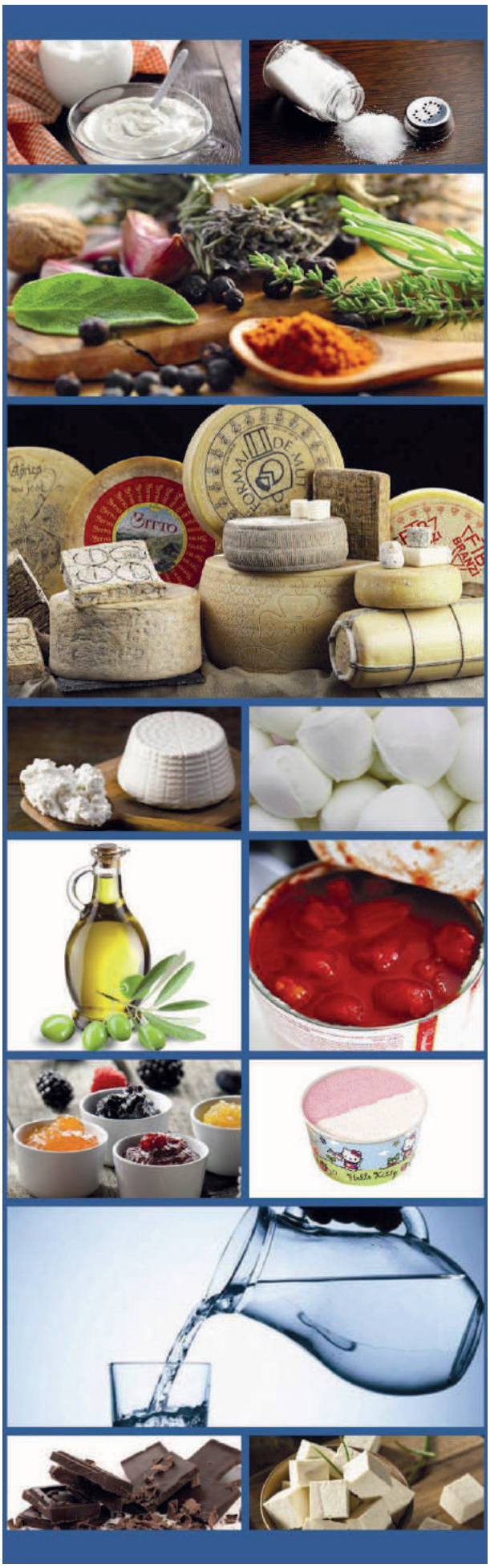
Non sono ammessi preparati per purè. Il purè di patata può essere messo in menù solo se preparato a partire da patate fresche.

DESSERT CONFEZIONATI

Non sono ammessi dessert tipo creme o budini.

ALIMENTI PER LA PRIMA INFANZIA

All'asilo nido, per i piccoli al di sotto di 12 mesi su richiesta specifica del pediatra deve essere considerata la disponibilità di tutta la gamma di prodotti alimentari per la prima infanzia (farine senza glutine, cereali precotti, omogeneizzati, liofilizzati, latti di proseguimento...).



LE CARATTERISTICHE DELLE DERRATE ALIMENTARI PER LA REFEZIONE SCOLASTICA

DIPARTIMENTO DI IGIENE E PREVENZIONE SANITARIA (DIPS)
ATS Bergamo
U.O.S. Igiene della Nutrizione

Redazione ATS Bergamo:
Lucia Antonioli, Cristina Bianchi, Daniela Parodi e Margherita Schiavi.
Progetto Grafico: ufficio.comunicazione@ats-bg.it

ats-bg.it