



A.S.L. V.C.O.

*Azienda Sanitaria Locale
del Verbano Cusio Ossola*

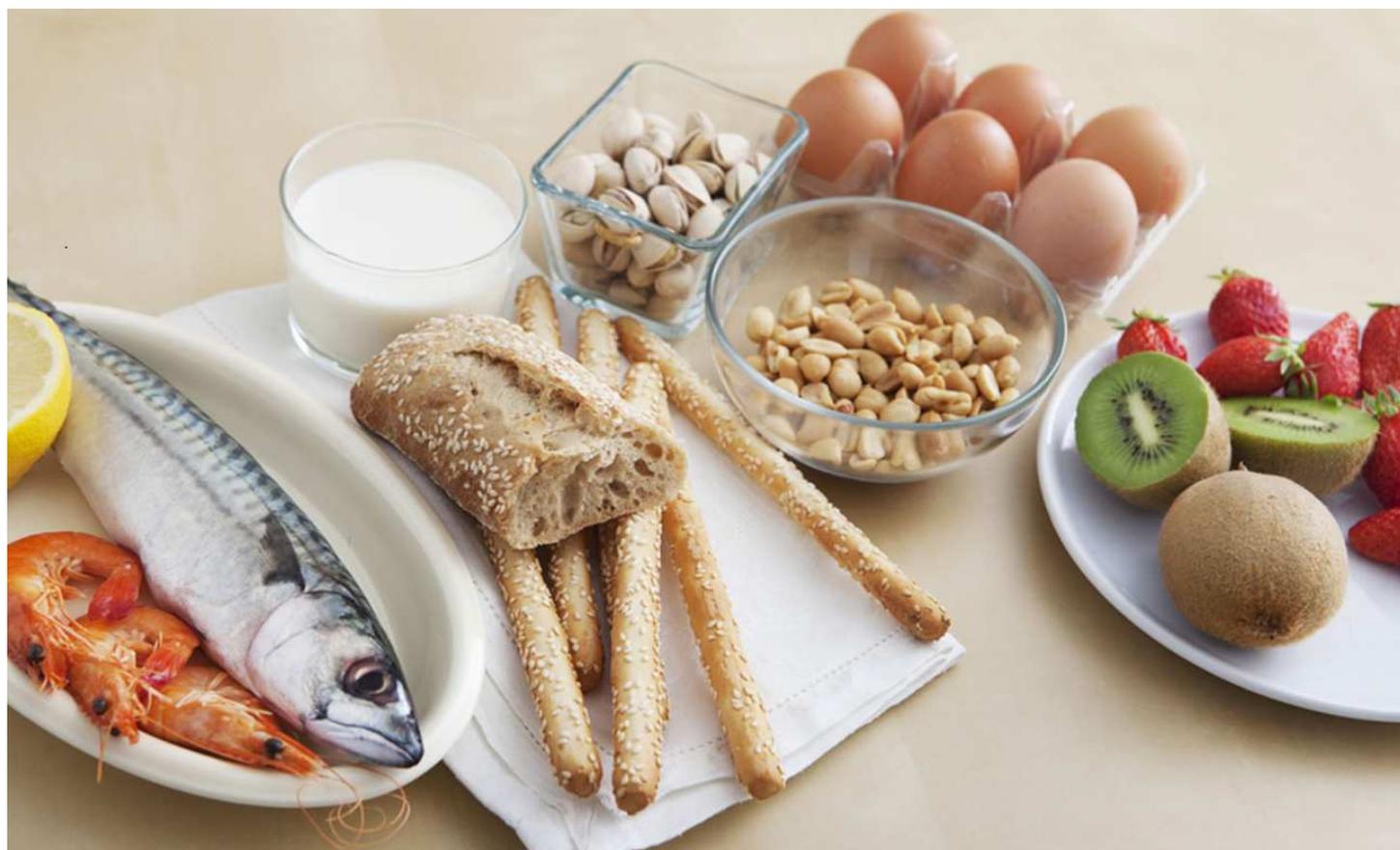
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE

Sede Centrale: Via IV Novembre 294 – 28882 Omegna
Tel. 0323 868020/23 – Fax 0323 868022 – e-mail: dipprev@aslvc.it

SOC IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE

Direttore Sostituto Dott.ssa Daniela Baldassarri
e-mail: nutrizione@aslvc.it

Linee Guida per la gestione delle diete speciali nella Ristorazione Scolastica



Linee Guida per la gestione delle diete speciali nella Ristorazione Scolastica

Documento redatto da:

SOC Igiene Alimenti e della Nutrizione
Direttore Sostituto Dott.ssa Daniela Baldassarri

Dietista Dott.ssa Katia Fasolo

Dietista Dott.ssa Barbara Spadacini

Aggiornamento 2022

INDICE

| | |
|--|---------|
| Premessa | pag. 5 |
| Procedura per la richiesta di dieta speciale: | |
| 1. Modalità di richiesta | pag. 6 |
| 2. Modalità di gestione da parte dei Comuni/Scuole Private | pag. 7 |
| 3. Requisiti delle certificazioni mediche | pag. 7 |
| 4. Elaborazione di dieta personalizzata da parte del SIAN: casi | pag. 8 |
| 5. Gestione della dieta speciale da parte della CUCINA / DITTA DI RISTORAZIONE: casi | pag. 8 |
| 6. Modifica/sospensione della dieta in corso d'anno | pag. 9 |
| Griglia di verifica delle sostituzioni diete speciali | pag. 10 |
| Indicazioni operative per l'attuazione di DIETE SPECIALI | pag. 11 |
| Dieta leggera temporanea | pag. 11 |
| Dieta per celiachia | pag. 12 |
| Dieta per favismo | pag. 16 |
| Dieta per allergia alle uova | pag. 17 |
| Dieta per allergia al latte e latticini (proteine del latte vaccino) | pag. 20 |
| Intolleranza al lattosio | pag. 23 |
| Dieta per allergia alla frutta secca o frutta a guscio | pag. 24 |
| Dieta per allergia al pesce | pag. 26 |
| Dieta per allergia a crostacei | pag. 26 |
| Dieta per allergia ai molluschi | pag. 27 |
| Dieta per allergia al sesamo | pag. 27 |
| Dieta per allergia alla senape | pag. 28 |
| Dieta per allergia ai legumi | pag. 29 |

| | |
|--|---------|
| Dieta per allergia alla soia | pag. 30 |
| Dieta per allergia mais o granoturco | pag. 31 |
| Dieta per allergia alla verdura | pag. 32 |
| Dieta per allergia al sedano | pag. 32 |
| Dieta per allergia al pomodoro | pag. 33 |
| Dieta per allergia alla frutta | pag. 35 |
| Modulo A per richiesta dieta speciale | pag. 36 |
| Moduli certificativi regionali | pag. 38 |
| Modalità di gestione diete per motivi etico-religiosi da parte dei Comuni e delle Scuole private | pag. 44 |
| Fac-simile modulo B per richiesta dieta per motivi etico-religiosi | pag. 45 |
| Griglia di verifica delle sostituzioni diete per motivi etico-religiosi | pag. 46 |
| Bibliografia | pag. 47 |

PREMESSA

Nell'ambito della ristorazione scolastica, la maggior parte delle richieste di dieta speciale è legata ad allergie e intolleranze alimentari. Secondo i dati Istat del 2019, il 10,7% degli italiani è affetto da allergie alimentari e i bambini ipersensibili a latte, uova, nocciole e altri cibi, sono raddoppiati negli ultimi 10 anni, arrivando a sfiorare le 600 mila unità.

Oltre alle intolleranze/allergie alimentari, esistono patologie croniche (diabete mellito, ecc.) per le quali la dieta rappresenta il fondamento terapeutico per il mantenimento di un buono stato di salute e per il controllo della malattia.

Per dieta speciale si intende una tabella dietetica elaborata in risposta a particolari esigenze cliniche (allergie, intolleranze alimentari, malattie metaboliche, ecc.), in grado di garantire un pasto sicuro e sano.

La preparazione di diete speciali comporta una particolare attenzione e organizzazione in ogni fase del servizio di ristorazione: dalla formulazione del menù, all'acquisto e allo stoccaggio delle materie prime, alla preparazione e somministrazione dei pasti.

Considerando l'importante ruolo educativo della mensa scolastica, è fondamentale che le diete speciali, così come i menù standard, rispondano a criteri per la promozione di una corretta alimentazione, quali la varietà, la stagionalità e il consumo di alimenti protettivi (cereali integrali, frutta, verdura, legumi, pesce, ecc.). La varietà della dieta, nel rispetto delle esigenze cliniche che posso comportare anche restrizioni alimentari plurime, è indispensabile per evitare carenze nutrizionali.

In caso di allergia, gli alimenti vanno esclusi sia come tali che come ingredienti di altre preparazioni. Poiché è sufficiente una minima quantità dell'alimento scatenante a determinare la comparsa di sintomi, è indispensabile individuare quali prodotti contengono l'elemento allergizzante ed eliminarli completamente dalla dieta. È fondamentale quindi leggere sempre molto attentamente le etichette dei vari prodotti e, se queste non sono sufficientemente dettagliate, è opportuno richiedere la relativa scheda tecnica.

Per evitare restrizioni dietetiche ingiustificate e potenzialmente dannose è opportuno che la dieta speciale venga erogata soltanto a conclusione di un percorso diagnostico specifico validato e documentato da prescrizione medica.

Le *Linee Guida per la gestione delle diete speciali nella Ristorazione Scolastica* redatte dal SIAN - Area Nutrizione dell'ASL VCO sono finalizzate, da un lato a rendere omogeneo l'approccio territoriale alla diagnosi e gestione delle diete speciali, così come richiesto dalla Regione Piemonte, dall'altro, a fornire agli addetti alla preparazione e alla somministrazione indicazioni operative semplici e chiare per la realizzazione dei pasti speciali.

PROCEDURA PER LA RICHIESTA DI DIETA SPECIALE

1. Modalità di richiesta di dieta speciale al SIAN

- a) L'attivazione delle diete speciali in ambito scolastico è vincolata al parere espresso dal Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione (SIAN) dell'ASL VCO, ogni anno scolastico;
- b) per l'attivazione delle diete speciali va utilizzato l'apposito modulo (**Mod. A pag. 36**) predisposto dal SIAN. Il modulo è necessario per la raccolta dei dati personali e per il consenso al trattamento di tali dati ai fini della tutela della privacy;
- c) la richiesta di dieta speciale deve essere completa di:
 - *modulo A* debitamente compilato e firmato dal genitore/tutore dell'alunno;
 - certificazione medica redatta su apposito modulo regionale (**requisiti pag. 7**).

Le **diete cosiddette "leggere"**, verranno gestite direttamente dai Comuni/Scuole private. Tali diete possono avere una **durata massima di cinque giorni**. Oltre tale periodo occorrerà la certificazione medica.

In caso di richiesta ricorrente di dieta leggera da parte di uno stesso utente, sarà necessario seguire l'iter previsto per l'erogazione di una dieta speciale per patologia: compilazione mod. A e presentazione di certificato medico che attesti i motivi di salute che comportano il prolungamento di tale dieta.

Si ricorda che il menù scolastico rappresenta un'importante occasione di educazione alimentare e che la richiesta di dieta leggera non deve essere avallata come modalità a cui ricorrere quando sono presenti piatti non graditi nel menù giornaliero.

Anche **le diete per motivi etico - religiosi** (per utenti di religione musulmana, ebraica, induista, diete vegetariana, ecc.) verranno gestite direttamente dai Comuni/Scuole private.

Per le richieste è possibile utilizzare uno specifico modulo, ad esempio **Mod. B pag. 45**.

Tali diete **NON necessitano** la presentazione di una certificazione medica e l'invio all'ASL.

2. Modalità di gestione delle diete speciali da parte dei COMUNI e delle SCUOLE PRIVATE

I Comuni e le Scuole private dovranno:

- a) informare correttamente i genitori/tutori dell'alunno in merito alla modalità di richiesta di dieta speciale e fornire loro il *modulo A*;
- b) raccogliere le richieste di dieta speciale e inoltrarle al SIAN entro il mese di giugno, ad eccezione dei nuovi casi diagnosticati, che potranno essere inviati in corso d'anno;
- c) fornire al SIAN, contestualmente all'invio delle richieste di dieta speciale, le seguenti informazioni:
 - ✓ menù in vigore;
 - ✓ eventuali richieste di variazione del menù;
 - ✓ i giorni di mensa per fascia d'età;
 - ✓ nome della Ditta di ristorazione che ha in appalto il servizio mensa (in caso di gestione appaltata) e sede della cucina/centro cottura dove avviene la preparazione dei pasti;
- d) vigilare affinché la fornitura del pasto speciale abbia inizio solo dopo autorizzazione del SIAN per l'Anno Scolastico in corso;
- e) informare i genitori/tutori dell'alunno che la fornitura del pasto speciale avrà inizio solo dopo autorizzazione del SIAN;
- f) trasmettere copia della dieta speciale personalizzata elaborata dal SIAN ai genitori/tutori dell'alunno, quando prevista, o informarli in merito alle procedure attuate dalla cucina per la preparazione del pasto speciale (sostituzione di alimenti, ecc.).

3. Requisiti delle certificazioni mediche (Moduli certificativi regionali pag. 38)

a) Moduli certificativi da utilizzare:

- ✓ **Richiesta di dieta speciale per allergia alimentare accertata**
(la certificazione dovrà essere compilata da un Medico di una delle Unità Operative della Rete Regionale di Allergologia *oppure in alternativa* dal Pediatra del SSN o dal Medico di Medicina Generale del SSN solo sulla base di documentazione redatta da una delle Unità Operative della Rete Regionale di Allergologia);
- ✓ **Richiesta temporanea di dieta speciale per sospetta allergia alimentare**
(la certificazione dovrà essere compilata dal Pediatra del SSN o dal Medico di Medicina Generale del SSN o da un Medico di una delle Unità Operative della Rete Regionale di Allergologia). La dieta avrà validità per tre mesi.
- ✓ **Richiesta di dieta speciale per intolleranza alimentare**
(la certificazione dovrà essere compilata dal Pediatra del SSN o dal Medico di Medicina Generale del SSN);
- ✓ **Richiesta di dieta speciale per altre patologie che necessitano di dietoterapia**
(la certificazione dovrà essere compilata dal Pediatra del SSN o dal Medico di Medicina Generale del SSN sulla base di documentazione redatta da uno Specialista Ospedaliero).

b) Validità delle certificazioni mediche:

- le certificazioni mediche per patologia cronica (celiachia, diabete, favismo, ecc.) avranno validità per l'intero ciclo scolastico. Annualmente dovranno essere inoltrati al SIAN soltanto i moduli di richiesta di attivazione della dieta speciale (*Mod. A*);
- le certificazioni mediche per allergia/intolleranza alimentare avranno validità di un anno, salvo diversa indicazione dell'Allergologo.

4. Elaborazione di dieta personalizzata da parte del SIAN: CASI

Il SIAN predisporrà la dieta speciale personalizzata solo per alcune patologie (es. fenilchetonuria, nefropatie, disturbi del neuro-sviluppo, ecc.), oppure in caso di patologie combinate (es. diabete e celiachia), oppure in casi complessi come le allergie multiple (es. allergia a pesce e a latte e latticini, ecc.) o in caso di allergie combinate ad intolleranze alimentari (es. allergia all'uovo e intolleranza al lattosio) o in caso di soggetti a rischio di shock anafilattico.

5. Gestione della dieta speciale da parte della CUCINA / DITTA DI RISTORAZIONE: CASI

Gli operatori della Cucina/Ditta di Ristorazione, dovranno gestire direttamente le diete speciali che sono state autorizzate dal SIAN (es. per allergie monocomponente, intolleranza al lattosio, ecc.), ad eccezione di quelle indicate nel punto 4, per le quali è prevista l'elaborazione di un menù personalizzato da parte del SIAN.

Affinché il SIAN possa verificare le modalità di attuazione della dieta speciale, gli operatori di cucina incaricati dovranno:

- compilare la "griglia di verifica delle sostituzioni" che attesti le variazioni effettuate nell'arco della settimana e/o del mese (**pag. 10**) oppure
- elaborare un menù speciale stagionale per ogni tipologia di allergia/intolleranza alimentare, ecc. (es. menù speciale per allergia all'uovo, ecc.)

E' importante mantenere invariato il più possibile il menù, effettuando la sostituzione solo dei piatti critici e non dell'intero pasto. In questo modo, oltre a garantire equilibrio nutrizionale e varietà, si eviteranno riflessi psicologici negativi nei riguardi del bambino che necessita di una dieta speciale e risvolti educativi incongrui su tutti gli altri bambini.

La griglia di verifica / il menù speciale dovranno essere disponibili in cucina ai fini della valutazione da parte del personale SIAN durante il sopralluogo nutrizionale.

6. Modifica/sospensione della dieta speciale in corso d'anno

Nel caso in cui venga presentata, nel corso dell'anno scolastico, una nuova certificazione medica con la relativa richiesta di modifica di dieta speciale, quest'ultima annullerà o Integrerà la precedente.

Per la sospensione di una dieta speciale, sarà necessario presentare una certificazione medica che richieda la sua interruzione.

DIETE SPECIALI: GRIGLIA DI VERIFICA DELLE SOSTITUZIONI

| Settimana n. | Lunedì | Martedì | Mercoledì | Giovedì | Venerdì |
|---|---------------|----------------|------------------|----------------|----------------|
| Dieta x celiachia | | | | | |
| Dieta x favismo | | | | | |
| Dieta x allergia alle uova | | | | | |
| Dieta x allergia a latte e latticini | | | | | |
| Dieta x intolleranza al lattosio | | | | | |
| Dieta x allergia alla frutta secca | | | | | |
| Dieta x allergia al pesce | | | | | |
| Dieta x allergia al pomodoro / verdura | | | | | |
| Dieta x allergia a legumi e soia | | | | | |
| Dieta x allergia alla frutta | | | | | |
| Dieta x allergia a | | | | | |
| Dieta x altra patologia | | | | | |

NB. La griglia va compilata per ciascuna settimana del menù autunno – inverno e primavera – estate. In ogni casella vanno inserite le eventuali sostituzioni relative al primo piatto, al secondo piatto, al contorno e alla frutta/dessert.

INDICAZIONI OPERATIVE PER L'ATTUAZIONE DI DIETE SPECIALI

Negli schemi dietetici di seguito riportati vengono indicate, per le più frequenti patologie, le possibili alternative agli alimenti da escludere.

Le preparazioni sostitutive dovranno essere il più possibile sovrapponibili a quelle del menù scolastico in vigore e garantire un adeguato equilibrio nutrizionale. Quando possibile, sostituire solamente l'ingrediente/alimento "critico" e non l'intero piatto/preparazione.

Dieta LEGGERA temporanea

In linea di massima la dieta leggera sarà composta da alimenti preparati in modo semplice, con l'aggiunta di olio extravergine di oliva a crudo, ovvero:

- **Primo piatto:**

pasta o riso asciutti conditi con olio extravergine di oliva e formaggio grattugiato (parmigiano o grana)

oppure

pasta o riso al pomodoro con aggiunta di olio extravergine di oliva a crudo e formaggio grattugiato (parmigiano o grana). Il pomodoro va escluso solo se espressamente indicato nella richiesta

oppure

pasta o riso in brodo vegetale con formaggio grattugiato (parmigiano o grana)

- **Secondo piatto:**

carne bianca o rossa (tagli magri) o pesce (sogliola, nasello, merluzzo, ecc.) cucinati al vapore o in padella con aggiunta di olio extravergine di oliva a crudo ed eventualmente succo di limone fresco

oppure

prosciutto cotto o crudo sgrassati o bresaola

oppure

parmigiano o grana

- **Contorno:**

carote e patate, lessate o al vapore, condite con olio extravergine d'oliva a crudo

- **Frutta:**

banana, mela senza buccia o mousse di mela senza zucchero

Dieta per CELIACHIA

La dieta speciale per il celiaco deve essere **rigorosamente priva di GLUTINE**.

Il glutine è contenuto in numerosi cereali: **frumento, orzo, farro, segale, avena, kamut, frik, spelta, triticale, enkir** e nei loro derivati: **pasta, pane, cous cous, ravioli, gnocchi, cereali in fiocchi, prodotti da forno dolci e salati, dolciumi, pizza, focacce, bulgur, seitan, ecc.**

Per la preparazione del pasto senza glutine si possono utilizzare **cereali naturalmente privi di glutine IN CHICCHI/SEMI: riso, mais, grano saraceno, quinoa, amaranto, miglio, teff e sorgo.**

I derivati: **farina di mais, farina di grano saraceno, pasta di mais, pasta di grano saraceno, pasta di riso, ecc. devono essere certificati senza glutine.**

Molti alimenti trasformati possono contenere glutine in quanto alcuni derivati dei cereali vietati possono essere presenti come ingredienti / additivi / residui di lavorazione, ecc. **(es. prosciutto cotto, salse, sughi pronti, formaggio grattugiato in busta, minestre surgelate di verdura e/o di legumi, dadi ed estratti di carne/verdura, yogurt, gelati, budini, caramelle, ecc.)**



Per scegliere gli alimenti idonei è necessario leggere le informazioni riportate sulle etichette dei prodotti del commercio. Sono idonei quelli che riportano:

- **dicitura “senza glutine”**
- **dicitura “senza glutine - Adatto per i celiaci/persone intolleranti al glutine”**
- **dicitura “senza glutine - Specificamente formulato per celiaci/persona intolleranti al glutine”**

- **Logo del Ministero della Salute**



- **Marchio spiga barrata AIC**



Nei casi dubbi fare riferimento al Prontuario AIC (pubblicazione annuale contenente i prodotti del commercio idonei per la dieta senza glutine) consultabile sul sito <https://www.celiachia.it/dieta-senza-glutine/il-prontuario-degli-alimenti/il-prontuario/dell'Associazione Italiana CELIACI> (previa iscrizione al sito nazionale dell'Associazione Italiana Celiachia, creando un proprio account con nome utente e password).

RICORDA:

Anche in assenza di sintomatologia gastroenterica è necessario che i soggetti celiaci consumino alimenti rigorosamente privi di glutine, evitando qualsiasi contaminazione, infatti anche micro quantità di glutine possono provocare danni all'intestino.

| QUANDO IL MENU' SCOLASTICO PREVEDE | SOMMINISTRARE |
|--|--|
| <p><i>Primo piatto asciutto</i></p> <p>Pasta/riso/gnocchi di patate in bianco, al pomodoro, al pesto, al ragù di carne o verdura, con pomodoro e olive, ecc.</p> <p>Ravioli di carne, di magro, ecc.</p> <p>Pasta al forno/Lasagne, ecc.</p> <p>Insalata di pasta/di riso, ecc.</p> | <p>Pasta senza glutine/ riso / gnocchi prodotti con farina senza glutine in bianco, al pomodoro, al pesto certificato senza glutine, al ragù di carne o verdura, con pomodoro e olive, ecc.</p> <p>Ravioli di carne, di magro, ecc. certificati senza glutine</p> <p>Pasta senza glutine con ragù di carne e besciamella preparata con farina senza glutine</p> <p>Insalata di pasta senza glutine / di riso preparata con ingredienti consentiti (es. prosciutto cotto certificato senza glutine)</p> |
| <p><i>Primo piatto in brodo</i></p> <p>Minestre/Minestrone/Creme di verdure/ Passati di legumi con pasta/ riso/ orzo/ farro/crostini di pane ecc.</p> | <p>Minestre/Minestrone/Creme di verdure/ Passati di legumi preparati in sede con ingredienti freschi o surgelati.</p> <p>In caso di utilizzo di mix surgelati per minestre/minestrone verificare l'assenza di glutine + pasta senza glutine / riso / crostini di pane senza glutine. NO ORZO, FARRO</p> |
| <p>Pizza/Torta salata</p> | <p>Pizza/Torta salata preparate con pasta per pizza senza glutine + ingredienti consentiti (es. prosciutto cotto certificato senza glutine, ecc.)</p> |
| <p>Sfornati o tortini</p> | <p>Sfornati o tortini preparati senza pane grattugiato e farina <i>oppure</i> con pane grattugiato e farina senza glutine + ingredienti consentiti (es. prosciutto cotto certificato senza glutine, ecc.)</p> |

| | |
|---|---|
| <p>Secondi piatti a base di carne o derivati: prosciutto cotto, crudo, bresaola</p> | <p>Tutti i tipi di carne previsti dal menù</p> <p>Le carni possono essere preparate con farina e pane grattugiato senza glutine (es. scaloppine, milanese, polpette, ecc.)</p> <p>NON utilizzare farina di frumento nelle preparazioni di arrostiti, spezzatini, ecc.</p> <p>Prosciutto cotto, affettato di pollo e tacchino, ecc. devono essere certificati senza glutine</p> <p>Bresaola, prosciutto crudo, speck, culatello e lardo sono privi di glutine</p> |
| <p>Secondi piatti a base di pesce</p> | <p>Tutti i tipi di pesce previsti dal menù, incluso tonno in scatola (al naturale, sott'olio)</p> <p>Il pesce può essere preparato con farina e pane grattugiato senza glutine (es. impanato, alla mugnaia, ecc.)</p> |
| <p>Secondi piatti a base di formaggio</p> | <p>Formaggi freschi e stagionati previsti dal menù</p> <p>I formaggi spalmabili, i formaggi light e i formaggi fusi (sottilette, formaggini, ecc.) devono essere certificati senza glutine.</p> <p>I formaggi fusi sono sconsigliati dal punto di vista nutrizionale</p> |
| <p>Secondi piatti a base di uova: frittate, uova sode, uova strapazzate, ecc.</p> | <p>Uova sode, uova strapazzate, come da menù.</p> <p>Frittate preparate senza aggiunta di farina</p> <p>Consentito l'uso di uova pastorizzate liquide prive di additivi, aromi e altre sostanze</p> |
| <p>Secondo piatto a base di legumi</p> | <p>Tutti i tipi di legumi come da menù</p> <p>Polpette di legumi preparate con pane grattugiato senza glutine</p> |
| <p>Contorni: insalate/verdure cotte/patate</p> | <p>Verdure come da menù preparate con ingredienti consentiti</p> <p>Vietate verdure gratinate con besciamella classica. Utilizzare besciamella preparata con farina senza glutine</p> <p>Le patate al forno, in insalata e il purè devono essere preparati con patate fresche</p> |
| <p>Frutta</p> | <p>Frutta fresca</p> |

| | |
|--|---|
| Pane | Pane o prodotto da forno (grissini, crackers, fette biscottate o tostate, ecc.) certificati senza glutine |
| Dessert: yogurt, budino, gelato, torte, ecc. | Yogurt naturale intero o magro o yogurt greco non addizionati di addensanti Yogurt alla frutta, cremosi, ecc. certificati senza glutine Gelati, budini certificati senza glutine Torte, biscotti, ecc. certificati senza glutine |
| Condimenti | Olio extravergine di oliva, burro, sale iodato, aceto, limone, erbe aromatiche fresche come da ricettario ASL Dadi ed estratti vegetali o di carne solo se certificati senza glutine (uso limitato) |

Per le Merende alternare le seguenti proposte:

- ✓ **Pane o fette biscottate senza glutine** con miele o con marmellata/confettura o con cioccolato **certificato senza glutine**
- ✓ Frutta fresca o succo di frutta (100% frutta) o frullato di frutta fresca con **pane o prodotto da forno (fette biscottate, crackers, biscotti, ecc.) senza glutine**
- ✓ Yogurt naturale intero o magro o yogurt greco **non addizionati di addensanti o yogurt alla frutta, cremosi, ecc. certificati senza glutine**
- ✓ Latte intero (caldo o freddo) con **pane o prodotto da forno (fette biscottate, crackers, biscotti, ecc.) senza glutine**
- ✓ **Pane senza glutine** con **ricotta e zucchero / cacao certificato senza glutine**
- ✓ **Pane senza glutine** con pomodoro e olio extravergine di oliva
- ✓ **Budino o gelato certificati senza glutine**
- ✓ **Torte, biscotti, ecc. certificati senza glutine**

Ad ogni merenda possono essere serviti, come bevanda calda o fredda: tè leggero o tisane pre-confezionate (tiglio, frutti di bosco, rosa canina, ecc.).

Dieta per FAVISMO

La dieta speciale per favismo deve essere **priva di fave e piselli**.

Vanno esclusi dal menù preparati per minestre di verdura o legumi surgelati, secchi o pronti all'uso in quanto possono contenere fave e piselli.



ATTENZIONE:

Si raccomanda di leggere sempre attentamente le etichette, in particolare gli ingredienti e le indicazioni che fanno riferimento alla presenza di derivati o di eventuali tracce di fave e piselli.

Dieta per ALLERGIA alle UOVA

La dieta speciale per allergia alle uova prevede **l'eliminazione di:**

- **uova intere** (tuorlo e albume)
- **alimenti contenenti uova come ingrediente:** pasta all'uovo, prodotti da forno, dolci, budini, salse, maionese, ecc.
- **preparazioni contenenti uova:** polpettoni, impanature, ecc.
- **prodotti contenenti derivati delle uova** (albumina, globulina, ovoalbumina, ecc.)
- **formaggi stagionati che contengono lisozima ricavato dall'uovo (E1105):** Grana padano, Montasio, Asiago, Provolone, ecc. (**verificare in etichetta in quanto alcuni produttori NON utilizzano lisozima**) (*)
- **alimenti contenenti lecitina ricavata dall'uovo (E322)**

| QUANDO IL MENU' SCOLASTICO PREVEDE | SOMMINISTRARE |
|--|---|
| <p><i>Primo piatto asciutto</i></p> <p>Pasta/Riso in bianco, al pomodoro, al pesto, al ragù di carne o verdura, con pomodoro e olive, ecc. / Ravioli/Gnocchi di patate</p> <p>Pasta al forno/Lasagne, ecc.</p> <p>Insalata di pasta/riso, ecc.</p> <p><i>Primo piatto in brodo</i></p> <p>Minestre/Minestrone/Creme di verdure/Passati di legumi con pasta/riso/orzo/farro/crostini di pane ecc.</p> | <p>Pasta di semola/Riso in bianco, al pomodoro, al pesto (prodotto senza grana) (*), al ragù di carne o verdura, con pomodoro e olive, ecc. senza aggiunta di grana (*)</p> <p>Gnocchi di patate preparati/prodotti senza uova</p> <p>Pasta di semola con ragù di carne e besciamella senza aggiunta di grana (*)</p> <p>Insalata di pasta/riso preparate senza uova</p> <p>Tutti i primi piatti in brodo come da menù senza aggiunta di grana (*)</p> |
| <p>Pizza/Torta salata</p> | <p>Pizza come da menù</p> <p>Torta salata preparata con pasta per pizza e ripieno senza uova <u>oppure</u> Formaggio (eccetto quelli contenenti lisozima: grana padano, montasio, asiago, provolone, ecc.) (*)</p> |

| | |
|---|--|
| Secondi piatti a base di carne o derivati: prosciutto cotto, crudo, bresaola | Tutti i tipi di carne e di affettato come da menù cucinati senza uova Polpette/Polpettoni preparati senza uova e grana padano (*) Impanature senza uova |
| Secondi piatti a base di pesce | Tutti i tipi di pesce come da menù cucinati senza uova Polpette e impanature senza uova |
| Secondi piatti a base di formaggio | Tutti i tipi di formaggio come da menù, eccetto quelli contenenti lisozima (grana padano, montasio, asiago, provolone, ecc.) (*) |
| Secondi piatti a base di uova (frittate, ecc.) | In sostituzione alternare: formaggio (eccetto quelli contenenti lisozima) (*), legumi, carne e pesce |
| Secondi piatti a base di legumi | Tutti i tipi di legumi come da menù Polpette di legumi preparate senza uova e grana padano (*) |
| Contorni: insalate/verdure cotte/patate | Tutti i tipi di verdura cruda e cotta come da menù |
| Frutta | Tutti i tipi di frutta fresca |
| Pane | Pane di tipo comune - integrale |
| Dessert: yogurt, budino, gelato, torte, ecc. | Yogurt o frutta fresca di stagione Dolci prodotti senza uova (es. biscotti, gelati alla frutta o sorbetti, ecc.) |
| Condimenti | Olio extravergine di oliva, burro, sale marino iodato, aceto, limone, erbe aromatiche, ecc. come da ricettario ASL |

Per le Merende alternare le seguenti proposte:

- ✓ Pane o fette biscottate con marmellata o miele
- ✓ Pane o fette biscottate con cioccolato fondente o al latte
- ✓ Frutta fresca o succo di frutta (100% frutta) o frullato di frutta fresca con pane o prodotto da forno (**biscotti prodotti senza uova**, fette biscottate o crackers)
- ✓ Frutta fresca o succo di frutta (100% frutta) con focaccia all'olio extravergine di oliva
- ✓ Yogurt intero bianco / alla frutta / con miele / con muesli
- ✓ Latte intero (caldo o freddo) con **biscotti prodotti senza uova**/ cereali /muesli
- ✓ Pane con pomodoro e olio extravergine di oliva
- ✓ Pane con ricotta e zucchero o cacao
- ✓ Budini, gelati, sorbetti **senza uova**

Ad ogni merenda può essere servita, come bevanda calda o fredda: tè leggero o tisana pre-confezionata (tiglio, frutti di bosco, rosa canina, ecc.).



ATTENZIONE:

Si raccomanda di leggere sempre attentamente le etichette, in particolare gli ingredienti e le indicazioni che fanno riferimento alla presenza di uova o derivati, o di eventuali tracce di uova.

Devono essere eliminati anche i prodotti con la dicitura “può contenere tracce di uova” o “confezionato in uno stabilimento che utilizza uova”, salvo diversa indicazione del medico.

Termini sulle etichette che indicano la presenza di derivati dell'uovo:

albumina
coagulante
rosso d'uovo
globulina
livetina
ovoalbumina
ovomucoide
uovo in polvere

agglomerante
bianco d'uovo
emulsionante
lecitina
lisozima
ovomucina
ovovitellina
vitellina, ecc.

Dieta per ALLERGIA LATTE e LATTICINI (proteine del latte)

La dieta speciale per allergia al latte e latticini prevede **l'eliminazione di:**

- **latte (fresco, UHT, in polvere, ecc.)**
- **yogurt, prodotti caseari (ricotta, ecc.), formaggi, panna, burro**
- **prodotti preparati con latte e/o derivati:** budini, gelati alle creme, cioccolato al latte, biscotti, merendine, torte e prodotti da forno;
- **preparazioni contenenti latte, burro, formaggio grattugiato, ecc.** (es. risotti, verdure gratinate, frittate, polpette, pesto, besciamella, ecc.).

| QUANDO IL MENU' SCOLASTICO PREVEDE | SOMMINISTRARE |
|---|--|
| <p>Primo piatto asciutto</p> <p>Pasta/Riso/Gnocchi di patate in bianco, al pomodoro, al pesto, al ragù di carne o verdura, con pomodoro e olive, ecc./ Ravioli/Gnocchi di patate</p> <p>Pasta al forno/Lasagne, ecc.</p> <p>Insalata di pasta/riso, ecc.</p> <p>Primo piatto in brodo</p> <p>Minestre/Minestrone/Creme di verdure/Passati di legumi con pasta/riso/orzo/farro/crostini di pane ecc.</p> | <p>Pasta/Riso all'olio, al pomodoro, al ragù di carne o verdura, con pomodoro e olive, ecc. senza aggiunta di formaggio grattugiato</p> <p>Risotti senza burro e formaggio grattugiato</p> <p>Gnocchi di patate preparati/prodotti senza latte e derivati</p> <p>Pasta con ragù di carne</p> <p>Insalata di pasta/riso senza formaggio</p> <p>Minestre/Minestrone/Creme di verdure/Passati di legumi con pasta/riso/farro/crostini di pane comune, ecc. senza aggiunta di formaggio grattugiato</p> |
| <p>Pizza / Torta salata</p> | <p>Pizza al pomodoro / con pomodoro e verdure/Focaccia all'olio extravergine di oliva + Prosciutto crudo <u>oppure</u> Prosciutto cotto o Bresaola senza derivati del latte</p> <p>Torta salata preparata con pasta per pizza e ripieno senza latte e formaggio</p> |
| <p>Sformati o tortini</p> | <p>Sformati o tortini senza latte e formaggio</p> <p>Frittata preparata senza latte e formaggio</p> |

| | |
|--|--|
| Secondi piatti a base di carne o derivati: prosciutto cotto, crudo, bresaola | Tutti i tipi di carne, come da menù, cucinati senza burro, latte e formaggio Polpette/Polpettoni senza latte e formaggio Impanature senza latte Prosciutto crudo <i>oppure</i> Bresaola o Prosciutto cotto certificati senza derivati del latte |
| Secondi piatti a base di pesce | Tutti i tipi di pesce, come da menù, cucinati senza latte e burro Impanature senza latte |
| Secondi piatti a base di formaggio | Nell'arco della settimana/mese alternare: uova, legumi, carne e pesce |
| Secondi piatti a base di uova (frittate, ecc.) | Uova sode, uova strapazzate, frittata preparata senza latte e formaggio |
| Secondi piatti a base di legumi | Tutti i tipi di legumi preparati senza burro Polpette di legumi preparate senza latte e formaggio |
| Contorni: insalate/verdure cotte Patate | Tutti i tipi di verdura cruda o cotta come da menù. Le verdure cotte devono essere cucinate senza latte, burro e formaggio Patate cucinate senza burro/latte e derivati No purè |
| Frutta | Tutti i tipi di frutta fresca |
| Pane | Pane di tipo comune – integrale senza derivati del latte |
| Dessert: yogurt, budino, gelato, torte, ecc. | Frutta fresca di stagione Torte/biscotti senza latte e latticini (burro, yogurt, ecc.) |
| Condimenti | Olio extravergine di oliva, sale marino iodato, aceto, limone, erbe aromatiche, come da ricettario ASL, eccetto burro |

Per le Merende alternare le seguenti proposte:

- ✓ **Pane comune o fette biscottate senza derivati del latte** con marmellata o miele
- ✓ **Pane comune o fette biscottate senza derivati del latte con cioccolato fondente**
- ✓ Frutta fresca o succo di frutta (100% frutta) o frullato di frutta fresca, **preparato senza latte, con pane comune o prodotto da forno (fette biscottate, crackers prodotti senza derivati del latte)**
- ✓ **Pane comune** con pomodoro e olio extravergine di oliva
- ✓ **Focaccia** all'olio extravergine di oliva
- ✓ **Gelato o sorbetto alla frutta senza latte e derivati**

✓ **Torte/biscotti senza latte e latticini (burro, yogurt, ecc.)**

Ad ogni merenda possono essere serviti, come bevanda calda o fredda, Tè leggero o Tisane pre-confezionate (tiglio, frutti di bosco, rosa canina, ecc.).



ATTENZIONE:

Molti alimenti del commercio possono contenere latte come ingrediente:

- **pane e prodotti da forno, crackers, fette biscottate, grissini, cereali da prima colazione, dolci, merendine, torte, cioccolato, caramelle, ecc.**
- **dadi ed estratti per brodo**
- **legumi e vegetali in scatola**
- **alimenti precotti, patatine pre-fritte, preparati per purea di patate, gnocchi pre-confezionati, paste con ripieno (ravioli, ecc.)**
- **hamburger, polpettoni e polpette, ragù confezionati**
- **salse pronte, margarine**
- **prosciutto cotto, wurstel, mortadella, salame, ecc.**

Si raccomanda di leggere sempre attentamente le etichette, in particolare gli ingredienti e le indicazioni che fanno riferimento alla presenza di latte o derivati, o di eventuali tracce di latte.

Devono essere eliminati anche i prodotti con la dicitura “può contenere tracce di latte” o “confezionato in uno stabilimento che utilizza latte”, salvo diversa indicazione del medico.

Termini sulle etichette che indicano la presenza di derivati del latte:

colorante e aroma caramello
aroma da proteine “nobili”
siero o siero demineralizzato
caseina di caglio, ecc.
caseinati di sodio, calcio, magnesio

aromi naturali
grassi animali
caglio
lattoalbumina o lattoglobulina
lattosio

Dieta per INTOLLERANZA AL LATTOSIO

Il lattosio è lo zucchero del latte.

La dieta speciale priva o a basso contenuto di lattosio prevede **l'esclusione di latte, burro, panna, ricotta, formaggi freschi, formaggi a breve stagionatura**

Consentiti:

- ✓ **parmigiano reggiano e grana padano**
- ✓ **latte e derivati (formaggi, ecc.) delattosati ad alta digeribilità**
- ✓ **yogurt a seconda della tolleranza individuale e delle indicazioni del medico**

Per la preparazione del pasto fare riferimento allo schema dietetico per allergia a latte e latticini (pag. 20).



ATTENZIONE:

Si raccomanda di leggere sempre attentamente le etichette, in particolare gli ingredienti e le indicazioni che fanno riferimento alla presenza di latte o derivati oppure di eventuali tracce di latte come residuo di lavorazione.

Molti alimenti del commercio possono contenere lattosio in quanto utilizzato come conservante.

Per evitare restrizioni inutili, sulla base della tolleranza individuale e di quanto segnalato dal medico, il SIAN fornirà indicazioni precise in merito ai prodotti da escludere.

Dieta per ALLERGIA alla FRUTTA SECCA O FRUTTA A GUSCIO

La dieta speciale deve essere **priva di mandorle, noci, nocciole, noci del Brasile, noci americane (pecan), noci di macadamia, noci di acagiù, noci del queensland, anacardi, pinoli, pistacchi, semi di zucca e semi di girasole, arachidi.**

Vanno esclusi dal menù tutti i prodotti e le preparazioni contenenti frutta secca o derivati:

- Pesto
- Salsa di noci
- Olio, burro e farina di arachidi
- Olio di mandorle e di noci, latte di mandorle
- Olio di semi di girasole
- Oli di semi vari
- margarina
- Prodotti contenenti oli o grassi vegetali: dadi ed estratti per brodo, prodotti da forno (fette biscottate, biscotti, ecc.), dolci, merendine, snack, cereali e muesli, gelati, cioccolato, pasticcini, ecc.
- Preparazioni dolciarie e bevande: cioccolato, cioccolata spalmabile, crema gianduia, caramelle, torrone, marzapane, dolci a base di pasta di mandorle o di noci, croccante, orzata, ecc.

Come condimenti utilizzare solo olio extravergine di oliva e burro quando previsto dal menù e dal ricettario.



ATTENZIONE:

Molti alimenti del commercio possono contenere frutta secca/a guscio come ingrediente o come tracce.

Si raccomanda di leggere sempre attentamente le etichette, in particolare gli ingredienti e le indicazioni che fanno riferimento alla presenza di frutta secca o di derivati, oppure di eventuali tracce di frutta secca come residuo di lavorazione.

Particolare attenzione alla lettura delle etichette di salse, dolci, prodotti da forno, prodotti a base di cioccolato, gelati, prodotti di pasticceria e bevande.

Devono essere eliminati anche i prodotti con la dicitura “può contenere tracce di frutta secca/a guscio” o “confezionato in uno stabilimento che utilizza frutta secca/a guscio”, salvo diversa indicazione del medico.

Termini sulle etichette che indicano la presenza di frutta secca/a guscio:

olio di arachide
burro di arachide
farina di arachide
farina di castagne
oli e grassi vegetali

olio di semi vari
proteine vegetali
farina di mandorle
margarina
grassi vegetali idrogenati

Per le Merende alternare le seguenti proposte:

- ✓ **Pane comune certificato senza frutta secca** con marmellata o miele
- ✓ Frutta fresca o succo di frutta (100% frutta) o frullato di frutta fresca con **pane comune o con crackers prodotti con olio di oliva extravergine, certificati senza frutta secca**
- ✓ Frutta fresca o succo di frutta (100% frutta) con focaccia **preparata con olio di oliva extravergine, certificata senza frutta secca**
- ✓ Yogurt intero bianco / con miele / alla frutta **certificato senza frutta secca**
- ✓ Latte intero (caldo o freddo) con **pane comune o con crackers prodotti con olio di oliva extravergine, certificati senza frutta secca**
- ✓ **Pane comune certificato senza frutta secca** con ricotta e zucchero o cacao
- ✓ **Pane comune certificato senza frutta secca** con pomodoro e olio extravergine di oliva
- ✓ **Gelati o sorbetti certificati senza frutta secca**
- ✓ **Dolci preparati in sede con ingredienti consentiti o dolci pre-confezionati certificati senza frutta secca**

Ad ogni merenda possono essere serviti, come bevanda calda o fredda, Tè leggero o Tisane pre-confezionate (tiglio, frutti di bosco, rosa canina, ecc.).

Dieta per ALLERGIA al PESCE

La dieta speciale deve essere **priva di tutti i tipi di pesce (merluzzo, salmone, sogliola, platessa, trota, tonno, ecc.)**.

Vanno esclusi dal menù tutti gli alimenti preparati con pesce o derivati, quali pasta di acciughe, pesce in scatola, affumicato o salato, uova di pesce, ecc.

SOSTITUIRE il pesce con:

carne, uova, formaggio, legumi, affettato, tenendo conto dei secondi piatti già presenti nell'arco della settimana.



ATTENZIONE:

Si raccomanda di leggere sempre attentamente le etichette, in particolare gli ingredienti e le indicazioni che fanno riferimento alla presenza di pesce o di derivati del pesce, oppure di eventuali tracce.

Devono essere eliminati anche i prodotti con la dicitura “può contenere tracce di pesce” o “confezionato in uno stabilimento che utilizza pesce”, salvo diversa indicazione del medico.

Dieta per ALLERGIA AI CROSTACEI

La dieta speciale deve essere **priva di crostacei (gamberi, gamberetti, granchi, aragosta, astice, canocchie, scampi, ecc.)**.

Vanno esclusi dal menù tutti gli alimenti preparati con crostacei, inclusi surimi, hamburger di pesce, bastoncini di pesce, ecc.



ATTENZIONE:

Si raccomanda di leggere sempre attentamente le etichette, in particolare gli ingredienti e le indicazioni che fanno riferimento alla presenza di crostacei o di eventuali tracce.

Devono essere eliminati anche i prodotti con la dicitura “può contenere tracce di crostacei” o “confezionato in uno stabilimento che utilizza crostacei”, salvo diversa indicazione del medico.

Dieta per ALLERGIA AI MOLLUSCHI

La dieta speciale deve essere **priva di molluschi (cozze, vongole, calamari, polpi, seppie, ecc.)**.

Vanno esclusi dal menù tutti gli alimenti preparati con molluschi (hamburger di pesce, bastoncini di pesce, ecc.).

ATTENZIONE:

Si raccomanda di leggere sempre attentamente le etichette, in particolare gli ingredienti e le indicazioni che fanno riferimento alla presenza di molluschi o di eventuali tracce.

Devono essere eliminati anche i prodotti con la dicitura “può contenere tracce di molluschi” o “confezionato in uno stabilimento che utilizza molluschi”, salvo diversa indicazione del medico.

Dieta per ALLERGIA al SESAMO

La dieta speciale deve essere **priva di sesamo e di derivati**

Vanno esclusi dal menù tutti i prodotti e le preparazioni contenenti sesamo o derivati (olio di sesamo, burro di sesamo, ecc.):

- **pane, crackers, schiacciatine, grissini al sesamo**
- **muesli, cereali in fiocchi, biscotti, snack, dolci contenenti sesamo**
- **mix di cereali da minestra con sesamo**
- **olio di sesamo, burro di sesamo (tahin), gomasio**
- **humus di ceci con tahin, ecc.**



ATTENZIONE:

Si raccomanda di leggere sempre attentamente le etichette, in particolare gli ingredienti e le indicazioni che fanno riferimento alla presenza sesamo o di derivati del sesamo, oppure di eventuali tracce.

Devono essere eliminati anche i prodotti con la dicitura “può contenere tracce di sesamo” o “confezionato in uno stabilimento che utilizza sesamo”, salvo diversa indicazione del medico.

Dieta per ALLERGIA alla SENAPE

La dieta speciale per allergia alla senape prevede **l'eliminazione di:**

- **senape in tutte le sue forme (liquida, in semi, in polvere)**
- **mostarda**
- **curry**
- **prodotti del commercio contenenti senape**



ATTENZIONE:

Si raccomanda di leggere sempre attentamente le etichette, in particolare gli ingredienti e le indicazioni che fanno riferimento alla presenza di senape o di eventuali tracce.

Devono essere eliminati anche i prodotti con la dicitura “può contenere tracce di senape” o “confezionato in uno stabilimento che utilizza senape”, salvo diversa indicazione del medico.

Dieta per ALLERGIA ai LEGUMI

La dieta speciale deve essere **priva di fagioli, fave, piselli, ceci, lenticchie, cicerchie, fagiolini, carrube, lupini, arachidi (*)**, salvo diversa indicazione in quanto la categoria merceologica è molto ampia.

Vanno esclusi dal menù tutti i prodotti e le preparazioni contenenti legumi:

- **preparazioni contenenti legumi** (es. minestre, sughi, contorni, ecc.);
- **prodotti del commercio contenenti legumi o derivati:** minestre surgelate, minestre pronte all'uso, prodotti confezionati contenenti farina di carrube, farina di lupini, olio di arachidi, oli e grassi vegetali idrogenati o meno, margarine, ecc.

I legumi in minestra vanno SOSTITUITI con verdura (es. in caso di passato di legumi con pasta sostituire con passato di verdura senza legumi con pasta).

I legumi come secondo piatto vanno SOSTITUITI con uova o formaggio o affettato, tenendo conto dei secondi piatti già presenti nell'arco della settimana (es. in caso di piselli al prosciutto sostituire con prosciutto cotto oppure in caso lenticchie in umido sostituire con uova o formaggio).



ATTENZIONE:

Si raccomanda di leggere sempre attentamente le etichette, in particolare gli ingredienti e le indicazioni che fanno riferimento alla presenza di legumi oppure di eventuali tracce.



(*) In caso di allergia alle arachidi consultare anche dieta per allergia a frutta secca (pag. 24)

Particolare attenzione a prodotti da forno, torte, merendine, snack, cioccolato, ecc.

Devono essere eliminati anche i prodotti con la dicitura “può contenere tracce di arachidi ...” o “confezionato in uno stabilimento che utilizza arachidi ...”, salvo diversa indicazione del medico.

Dieta per ALLERGIA alla SOIA

La dieta speciale deve essere **priva soia e derivati**.

Come condimenti utilizzare solo olio extravergine di oliva e burro quando previsto dal menù e dal ricettario.

Vanno esclusi dal menù prodotti e preparazioni contenenti soia:

- germogli di soia, olio di soia e di semi vari, miso, farina e latte di soia, formaggio di soia (tofu), salsa di soia, dadi ed estratti per brodo, lecitina di soia.

Termini sulle etichette che indicano la presenza di derivati della soia:

**addensanti
amido vegetale
gelatina vegetale**

**lecitine
proteine idrolisate di soia
brodo vegetale, ecc.**



ATTENZIONE:

Si raccomanda di leggere sempre attentamente le etichette, in particolare gli ingredienti e le indicazioni che fanno riferimento alla presenza di soia o di derivati della soia, oppure di eventuali tracce.

Particolare attenzione a prodotti da forno, torte, merendine, snack, cioccolato, ecc.

Devono essere eliminati anche i prodotti con la dicitura “può contenere tracce di soia” o “confezionato in uno stabilimento che utilizza soia”, salvo diversa indicazione del medico.

Per le Merende alternare le seguenti proposte:

- ✓ **Pane comune** con miele o **marmellata senza derivati della soia (gelatina vegetale, ecc.)**
- ✓ Frutta fresca o succo di frutta (100% frutta) o frullato di frutta fresca con **pane comune o con crackers prodotti con olio di oliva extravergine**
- ✓ Frutta fresca o succo di frutta (100% frutta) con focaccia **preparata con olio di oliva extravergine**
- ✓ Yogurt intero bianco/alla frutta /con miele **senza derivati della soia (addensanti, ecc.)**
- ✓ Latte intero (caldo o freddo) con **pane comune o con crackers prodotti con olio di oliva extravergine**
- ✓ **Pane comune** con ricotta e zucchero o cacao
- ✓ **Gelati o sorbetti certificati senza soia e derivati (oli e grassi vegetali, addensanti, ecc.)**
- ✓ **Dolci preparati in sede con ingredienti consentiti o dolci pre-confezionati certificati senza soia e derivati (oli e grassi vegetali, ecc.)**

Ad ogni merenda possono essere serviti, come bevanda calda o fredda, Tè leggero o Tisane pre-confezionate (tiglio, frutti di bosco, rosa canina, ecc.).

Dieta per ALLERGIA al MAIS o GRANOTURCO

La dieta speciale per allergia al mais o granoturco prevede **l'eliminazione di:**

- **pannocchie di mais**
- **farina di mais, maizena, polenta**
- **mais dolce in scatola**
- **fiocchi di mais**
- **pop-corn**
- **olio di semi di mais, olio di semi vari, margarine, oli e grassi vegetali**
- **maionese e salse preparate con olio di mais/olio di semi vari**
- **preparazioni/prodotti del commercio contenenti mais** (prodotti da forno e di pasticceria, prodotti per l'infanzia, gelati, gelatine, ecc.).



ATTENZIONE:

Si raccomanda di leggere sempre attentamente le etichette, in particolare gli ingredienti e le indicazioni che fanno riferimento alla presenza di mais o di derivati del mais, oppure di eventuali tracce.

Termini sulle etichette che indicano la presenza di derivati del mais:

**destrine e maltodestrine
margarine**

**olio di semi vari
grassi vegetali, ecc.**

Devono essere eliminati anche i prodotti con la dicitura “può contenere tracce di mais ...” o “confezionato in uno stabilimento che utilizza mais ...”, salvo diversa indicazione del medico.

Dieta per ALLERGIA alla VERDURA

Può riguardare uno o più verdure. Quelle che più frequentemente scatenano reazioni allergiche sono **sedano, melanzane, finocchi, carote e pomodori**. Per questi ultimi si rimanda al capitolo specifico (**pag. 33**).

E' necessario verificare sempre gli ingredienti utilizzati per la preparazione dei piatti previsti dal menù, in particolare nel caso in cui vengano usati prodotti pre-confezionati.

La verdura che scatena allergia va SOSTITUITA con un'altra tipologia di verdura di stagione.



ATTENZIONE:

Si raccomanda di leggere sempre attentamente le etichette, in particolare gli ingredienti e le indicazioni che fanno riferimento alla presenza delle verdure da eliminare o di eventuali tracce.

Particolare attenzione a minestrone pre-confezionati freschi, “pronti all’uso” o surgelati, contorni di verdura surgelati, paste ripiene, verdure di IV gamma (es. insalate miste “pronte all’uso”), verdure di V gamma (contorni pre-cotti non surgelati), giardiniera, ecc.

Dieta per ALLERGIA al SEDANO

La dieta speciale per allergia al sedano prevede **l'eliminazione di:**

- **sedano, sedano rapa**
- **preparazioni contenenti sedano** (minestre, sughi, umidi, brodi, ecc.)
- **prodotti del commercio contenenti sedano** (dadi ed estratti per brodo, minestre surgelate, minestre pronte all'uso, sughi pronti, ecc.)



ATTENZIONE:

Si raccomanda di leggere sempre attentamente le etichette, in particolare gli ingredienti e le indicazioni che fanno riferimento alla presenza di sedano o di eventuali tracce.

Devono essere eliminati anche i prodotti con la dicitura “può contenere tracce di sedano” o “confezionato in uno stabilimento che utilizza sedano”, salvo diversa indicazione del medico.

Dieta per ALLERGIA al POMODORO

La dieta speciale per allergia al pomodoro prevede **l'eliminazione di:**

- **pomodori**
- **preparazioni contenenti pomodoro** (es. sughi, umidi, polpettoni, ecc.)
- **prodotti del commercio contenenti pomodoro** (minestrone surgelati, minestre pronte all'uso, sughi pronti, salse, ecc.)

| QUANDO IL MENU' SCOLASTICO PREVEDE | SOMMINISTRARE |
|---|---|
| <p><i>Primo piatto asciutto</i></p> <p>Pasta/Riso/Gnocchi di patate in bianco, al pomodoro, al pesto, al ragù di carne o verdura, con pomodoro e olive, ecc. Ravioli</p> <p>Pasta al forno/Lasagne, ecc.</p> <p>Insalata di pasta/riso, ecc.</p> | <p>Pasta/Riso/Gnocchi di patate all'olio / burro e parmigiano, burro e salvia, al ragù di carne o verdura senza pomodoro, al pesto, ecc. Ravioli certificati senza pomodoro conditi con olio/burro e salvia</p> <p>Pasta ai formaggi, prosciutto e besciamella, all'olio / burro e parmigiano, burro e salvia, al ragù di verdura senza pomodoro, al pesto, ecc.</p> <p>Insalata di pasta/riso senza pomodori</p> |
| <p><i>Primo piatto in brodo</i></p> <p>Minestre/Minestrone/Creme di verdure/Passati di legumi con pasta/riso/orzo/farro/crostini di pane ecc.</p> | <p>Minestre/Minestrone/Creme di verdure/Passati di legumi senza pomodoro con pasta/riso/orzo/farro/crostini di pane ecc.</p> |
| Pizza | Pizza bianca con mozzarella / e verdure, ecc. |
| Torta salata | Torta salata preparata senza pomodoro |
| Sformati o tortini | Sformati o tortini preparati senza pomodoro |
| Secondi piatti a base di carne o derivati: prosciutto cotto, crudo, bresaola | Tutti i tipi di carne, come da menù cucinati senza pomodoro Polpette/Polpettoni senza pomodoro |
| Secondi piatti a base di pesce | Tutti i tipi di pesce, come da menù cucinati senza pomodoro |
| Secondi piatti a base di formaggio | Come da menù |
| Secondi piatti a base di uova (frittate, ecc.) | Uova sode, uova strapazzate, frittata preparata senza pomodoro |
| Secondi piatti a base di legumi | Tutti i tipi di legumi preparati senza pomodoro |

| | |
|--|---|
| Contorni: insalate/verdure cotte | Tutti i tipi di verdura cruda eccetto pomodori Verdura cotta preparata senza pomodoro |
| Frutta | Tutti i tipi di frutta fresca |
| Pane | Pane come da menù |
| Dessert: yogurt, budino, gelato, torte, ecc. | Come da menù |
| Condimenti | Olio extravergine di oliva, burro, sale marino iodato, aceto di vino, limone, erbe aromatiche, vino, ecc. come da ricettario ASL, eccetto pomodoro |

In base alle indicazioni mediche potrà essere escluso pomodoro sia crudo che cotto oppure solo pomodoro crudo. Il SIAN fornirà indicazioni precise per evitare restrizioni inutili.



ATTENZIONE:

Si raccomanda di leggere sempre attentamente le etichette, in particolare gli ingredienti e le indicazioni che fanno riferimento alla presenza di pomodoro o di eventuali tracce.

Dieta per ALLERGIA alla FRUTTA

Può riguardare uno o più frutti. Quelli che più frequentemente scatenano reazioni allergiche sono **pesche, kiwi, fragole, mele, melone, avocado, ecc.**

La dieta speciale per allergia alla frutta prevede **l'eliminazione di:**

- **frutta fresca (responsabile della reazione allergica)**
- **preparazioni e prodotti del commercio contenenti la frutta responsabile della reazione allergica** (yogurt alla frutta, marmellate, macedonie, frullati di frutta, biscotti, torte, crostate, gelati, sorbetti, ecc.)

La frutta che scatena allergia va SOSTITUITA con un'altra tipologia di frutta di stagione, anche in caso di macedonia, frullati di frutta fresca, yogurt, ecc.

In base alle indicazioni mediche potrà essere escluso il frutto sia fresco che cotto e i derivati (marmellata, ecc.) oppure solo il frutto fresco. Il SIAN fornirà indicazioni precise per evitare restrizioni inutili.



ATTENZIONE:

Si raccomanda di leggere sempre attentamente le etichette, in particolare gli ingredienti e le indicazioni che fanno riferimento alla presenza dei frutti da eliminare o di eventuali tracce.

Particolare attenzione ai prodotti (yogurt, marmellate, ecc.) dolcificati con succo di mela, succo d'uva, ecc. in caso di allergia ai suddetti frutti

(modulo A)

***RICHIESTA DI VARIAZIONE MENU' SCOLASTICO
PER INTOLLERANZA / ALLERGIA ALIMENTARE / ALTRA PATOLOGIA***

Io sottoscritto/a

genitore/tutore del bambino/a

nato/a il

residente nel Comune di

ViaN°.....

N° telefono N° cellulare

Indirizzo di posta elettronica

iscritto alla scuola classe

nel Comune di

usufruisce del servizio mensa nei seguenti giorni: (specificare)

lunedì

martedì

mercoledì

giovedì

venerdì

tutti i giorni

CHIEDO

che vengano apportate modifiche al menù in vigore nella scuola sopra citata per l'anno scolastico

ALLEGO

la certificazione medica nel rispetto delle indicazioni riportate sul retro.

Il sottoscritto autorizza l'ASL VCO al trattamento dei propri dati personali (comuni e sensibili), purché tale trattamento sia svolto nei limiti imposti da leggi, regolamenti, alle Pubbliche Amministrazioni, per lo svolgimento dei fini istituzionali (ai sensi del GDPR – Regolamento UE 2016/679)

Data

Firma

N.B. Il presente modulo va compilato in tutte le sue parti e restituito al Responsabile delle mense scolastiche del comune / dell'istituto, che provvederà a inviarlo all'ASL VCO - SIAN - Area Nutrizione, per gli opportuni provvedimenti.

TIPOLOGIE DI CERTIFICAZIONE MEDICA:

✓ ***Richiesta di dieta speciale per allergia alimentare accertata***

(la certificazione dovrà essere compilata da un Medico di una delle Unità Operative della Rete Regionale di Allergologia *oppure in alternativa* dal Pediatra del SSN o dal Medico di Medicina Generale del SSN solo sulla base di documentazione redatta da una delle Unità Operative della Rete Regionale di Allergologia)

✓ ***Richiesta temporanea di dieta speciale per sospetta allergia alimentare***

(la certificazione dovrà essere compilata dal Pediatra del SSN o dal Medico di Medicina Generale del SSN o da un Medico di una delle Unità Operative della Rete Regionale di Allergologia)

✓ ***Richiesta di dieta speciale per intolleranza alimentare***

(la certificazione dovrà essere compilata dal Pediatra del SSN o dal Medico di Medicina Generale del SSN)

✓ ***Richiesta di dieta speciale per altre patologie che necessitano di dietoterapia***

(la certificazione dovrà essere compilata dal Pediatra del SSN o dal Medico di Medicina Generale del SSN sulla base di documentazione redatta da uno Specialista Ospedaliero)

Comune di

Richiesta di dieta speciale per allergia alimentare accertata

La certificazione dovrà essere compilata da un Medico di una delle Unità Operative della Rete Regionale di Allergologia oppure **in alternativa** dal Pediatra del SSN o dal Medico di Medicina Generale del SSN solo sulla base di documentazione redatta da una delle Unità Operative della Rete Regionale di Allergologia. La diagnosi specialistica deve essere allegata in copia o disponibile a richiesta (riportare gli estremi).

CERTIFICAZIONE

Si certifica che.....

Nato a: il

Residente a: via:

Codice Fiscale o tessera sanitaria: Tel:

Scuola:.....

è **affetto/a** // presenta il seguente **quadro clinico**

per il/la quale è **stato intrapreso e concluso**, dall'Unità Operativa della Rete Regionale di Allergologia ...
..... l'iter che ha condotto alla diagnosi di allergia alimentare. In base alle procedure diagnostiche eseguite, **il/la bambino/a è risultato essere ALLERGICO/A** al/i seguente/i alimento/i, che dovrà/dovranno pertanto essere escluso/i dalla dieta

(N.B. per le allergie alimentari accertate la dieta decadrà al termine dell'anno scolastico in corso):

- proteine del latte vaccino (latte bovino e derivati; alimenti contenenti proteine del latte);**
il bambino manifesta sintomi anche in seguito ad ingestione di **carne bovina**? SI NO
- proteine dell'uovo (uovo e tutti gli alimenti contenenti proteine dell'uovo);**
il bambino manifesta sintomi anche in seguito ad ingestione di **carne di pollo**? SI NO
- proteine del frumento** e di tutti i **cereali** che possano contenere proteine analoghe dal punto di vista allergenico (*orzo, farro, segale, kamut, avena*)
- proteine del/i pesce/i** (*indicare il/i pesce/i allergenici*).....
indicare quale/i pesce/i sono invece ingeriti e tollerati:
- proteine della soia (o altre leguminose comprese arachide)**
- frutta secca con guscio** (*indicare quale/i frutta secca è allergenica*).....
indicare quale/i tipo/i di frutta secca sono assunti e tollerati.....
- kiwi (altra frutta fresca)**.....
- altri allergeni alimentari**

....., il

Timbro del Medico con codice regionale, qualifica, titoli specialistici, indirizzo e numero di telefono

Firma del Medico

Comune di

Richiesta temporanea di dieta speciale per sospetta allergia alimentare

(la certificazione deve essere compilata dal Pediatra del SSN o dal Medico di Medicina Generale del SSN o da un Medico di una delle Unità Operative della Rete Regionale di Allergologia)

CERTIFICAZIONE

Si certifica che.....

Nato a: il

Residente a: via:

Codice Fiscale o tessera sanitaria: Tel:

Scuola:.....

Ha presentato il seguente **quadro clinico**

e **si intende intraprendere** un iter diagnostico volto a indagare l'eventuale presenza di ALLERGIA ALIMENTARE e per il quale è già in corso, o è stato concluso, l'iter diagnostico volto ad escludere altre patologie in diagnosi differenziale. **L'allergia alimentare** è stata **sospettata** in base a

- visita medica del curante
- visita medica di uno specialista non allergologo
- visita medica in occasione di accesso al Pronto Soccorso

Il/la bambino/a, in attesa della definizione diagnostica, dovrà temporaneamente (n° mesi 3) seguire una dieta priva del/i seguente/i alimento/i in attesa degli esiti degli accertamenti in corso/proposti.

- proteine del latte vaccino (latte bovino e derivati; alimenti contenenti proteine del latte);**
il bambino manifesta sintomi anche in seguito ad ingestione di **carne bovina**? SI NO
- proteine dell'uovo (uovo e tutti gli alimenti contenenti proteine dell'uovo);**
il bambino manifesta sintomi anche in seguito ad ingestione di **carne di pollo**? SI NO
- proteine del frumento** e di tutti i **cereali** che possano contenere proteine analoghe dal punto di vista allergenico (*orzo, farro, segale, kamut, avena*)
- proteine dell/i pesceli** (*indicare il/i pesce/i sospettati come allergenici*).....
indicare quale/i pesce/i sono invece ingeriti e tollerati:
- proteine della soia (o altre leguminose comprese arachide)**
- frutta secca con guscio** (*indicare quale/i frutta secca ha determinato sintomi*).....
indicare quale/i tipo/i di frutta secca sono invece assunti e tollerati:
- kiwi altra frutta fresca**
- altri allergeni alimentari**

....., il

Timbro del Medico con codice regionale, qualifica e titoli specialistici, indirizzo e numero di telefono

Firma del Medico

Comune di

Richiesta di dieta speciale per intolleranza alimentare

(la certificazione deve essere compilata dal medico pediatra del SSN o dal medico di medicina generale del SSN)

CERTIFICAZIONE

Si certifica che (cognome e nome).....

Nato a: Residente a: via:

Codice Fiscale o tessera sanitaria: Tel:

Scuola:

è affetto/a da

- Malattia celiaca**
- Intolleranza al lattosio primitiva**
- Intolleranza al lattosio secondaria**
- Favismo**
- Altra intolleranza ai carboidrati**
- Altri errori congeniti del metabolismo**

Intolleranza ad alimenti ricchi di amine vasoattive e/o di sostanze istamino-liberatrici. (**specificare quali alimenti appartenenti a tali categorie non sono clinicamente tollerati**:.....**Intolleranza ad additivi alimentari e metalli** (conservanti, antiossidanti, emulsionanti, aromi, coloranti, salicilati).Specificare per quale/i, tra additivi alimentari e metalli, è stata dimostrata l'intolleranza:

Il/la bambino/a deve pertanto seguire una dieta appropriata alla diagnosi.

....., il.....

Timbro del Medico con codice regionale, qualifica, titoli specialistici, indirizzo e numero di telefono

Firma del Medico

LINEE – GUIDA CERTIFICAZIONE INTOLLERANZE ALIMENTARI

Malattia celiaca diagnosticata secondo i criteri internazionali; il certificato viene rilasciato da un Servizio di Gastroenterologia

Intolleranza al lattosio (deficit di lattasi) primitiva permanente congenita/tardiva: la diagnosi deve essere formulata in base all'esecuzione del breath test e/o test di Kerry prima e dopo carico di lattosio, presso una Struttura di Gastroenterologia.

Intolleranza al lattosio (deficit di lattasi) secondaria è transitoria (*es. post-enteritica*) la diagnosi può essere clinica e certificata dal PLS/MMG.

Le due voci sono distinte, in quanto nel primo caso la situazione è definitiva e la dieta viene attivata per tutto l'anno scolastico; nel secondo caso invece la dieta dovrebbe avere una durata limitata, per un massimo di tre mesi, da indicare nella certificazione. In caso di intolleranza protratta è opportuno impostare l'iter diagnostico previsto per il deficit permanente di lattasi. E' utile specificare sempre il grado di intolleranza (lieve /grave).

Favismo: la diagnosi si basa sul dosaggio dell'attività della G6PDH e della G6PD e sul loro rapporto (opportuna conferma presso un centro di ematologia).

Altra intolleranza ai carboidrati (deficit di sucrali-isomaltasi, deficit di trealasi, malassorbimento di glucosio-galattosio): la diagnosi deve essere posta, in base al dosaggio e all'attività degli enzimi coinvolti presso un centro di gastroenterologia.

Altri errori congeniti del metabolismo: la diagnosi deve essere formulata, in base alla valutazioni biochimiche specifiche presso un centro di riferimento per le malattie metaboliche.

Intolleranza ad alimenti ricchi di amine vasoattive: la certificazione può essere compilata in via preliminare dal medico pediatra o dal medico di medicina generale del SSN; la diagnosi è di pertinenza di una delle Unità Operative della Rete Regionale di Allergologia. Al certificato definitivo deve essere allegata la documentazione di una delle Unità Operative della Rete Regionale di Allergologia.

Intolleranza ad additivi alimentari e metalli: la certificazione può essere compilata in via preliminare dal medico pediatra o dal medico di medicina generale del SSN; la diagnosi è di pertinenza di una delle della Rete Regionale di Allergologia, sulla base dei test specifici (test di scatenamento orale in doppio cieco vs placebo per additivi). Al certificato definitivo deve essere associato il referto di una delle Unità Operative della Rete Regionale di Allergologia.

Rifiuto o avversione di un particolare alimento: nel caso in cui il bambino si rifiuti costantemente di assumere un alimento specifico in quanto non gradito o quando determina sintomi di avversione non si ritiene opportuna alcuna certificazione da parte del medico; sarà cura del genitore informare gli insegnanti al fine di concordare la linea di comportamento più opportuna (riproporre periodicamente l'alimento oppure non forzarne l'assunzione da parte del bambino); non è prevista alcuna sostituzione dell'alimento in questione.

Nel caso in cui dovesse essere comunque richiesta la sostituzione dell'alimento dovrà essere eseguito l'iter diagnostico previsto per le allergie alimentari; la sostituzione dell'alimento è condizionata all'esito positivo degli accertamenti.

Comune di

Richiesta di dieta speciale per altre patologie che necessitano di dietoterapia

(la certificazione deve essere compilata dal medico pediatra del SSN o dal medico di medicina generale del SSN)

CERTIFICAZIONE

Si certifica che.....

Nato a: il

Residente a:..... via:

Codice Fiscale o tessera sanitaria: Tel:

Scuola:.....

è affetto/a da:

- Diabete**
- Dislipidemie**
- Obesità complicata**
- Sovrappeso / Obesità semplice** *(nel certificato medico deve essere segnalata la condizione di sovrappeso oppure di obesità semplice. Per il bambino verrà mantenuto il menù previsto per la ristorazione scolastica, in quanto normocalorico e bilanciato per le diverse fasce di età. Verranno peraltro adottate da parte del personale scolastico e degli addetti alla ristorazione opportune modalità comportamentali volte a migliorare l'educazione alimentare del bambino sovrappeso o obeso).*
- Stipsi**
- Reflusso gastro-esofageo**
- Malattia da reflusso gastro-esofageo complicata – esofagite - ulcera**
- Gastrite e/o duodenite**
- Colon irritabile – Colite**
- Malattie infiammatorie croniche intestinali** (Specificare)
- Epatopatie – Colecistopatie (Specificare)
- Ipertensione (Specificare)
- Nefropatia – Calcolosi renale (Specificare)
-

Il/la bambino/a deve pertanto seguire una dieta appropriata alla diagnosi.

....., il

Timbro del Medico con codice regionale, qualifica, titoli specialistici, indirizzo e numero di telefono

Firma del Medico

LINEE GUIDA PER LA CERTIFICAZIONE:

- **Diabete** : Il Servizio specialistico di riferimento deve allegare al certificato di malattia anche lo schema dietetico.
- **Dislipidemie**: la diagnosi deve essere posta dal Servizio specialistico.
- **Obesità complicata** la diagnosi deve essere posta dal Servizio specialistico.
- **Sovrappeso / Obesità semplice**: nel certificato medico deve essere segnalata la condizione di sovrappeso oppure di obesità semplice. Per il bambino verrà mantenuto il menù previsto per la ristorazione scolastica, in quanto normocalorico e bilanciato per le diverse fasce di età. Verranno peraltro adottate da parte del personale scolastico e degli addetti alla ristorazione opportune modalità comportamentali volte a migliorare l'educazione alimentare del bambino sovrappeso o obeso.
- **Malattia da reflusso gastro-esofageo – esofagite – ulcera**: la diagnosi deve essere posta da un Servizio di Gastroenterologia.
- Per il **Reflusso gastro-esofageo, Gastrite e/o duodenite, Stipsi, Colite – colon irritabile**, il certificato medico può anche essere redatto dal PLS/MMG e deve riportare la diagnosi e la durata del trattamento dietoterapeutico.
- **Malattie infiammatorie croniche intestinali**: la diagnosi deve essere posta da un Servizio di Gastroenterologia.
- **Epatopatie – Colecistopatie**: la diagnosi deve essere posta da un Servizio di Gastroenterologia.
- **Iipertensione** la diagnosi deve essere posta da un Servizio di Nefrologia o Cardiologia, che deve fornire anche l'indirizzo dietetico.
- **Nefropatia – Calcolosi renale**: la diagnosi deve essere posta da un Servizio di Nefrologia che deve fornire anche l'indirizzo dietetico.

Modalità di gestione delle diete per motivi etico - religiosi da parte dei Comuni e delle Scuole private

I Comuni e le Scuole private dovranno:

- a) informare correttamente i genitori/tutori dell'alunno in merito alla modalità di richiesta di dieta per motivi etico – religiosi;
- b) raccogliere le richieste di dieta per motivi etico – religiosi;
- c) formalizzare nei capitolati d'appalto le sostituzioni che si intendono apportare al menù base in caso di diete per motivi etico – religiosi (es. nei menù vegetariani la carne e il pesce verranno sostituiti alternativamente con: uova, formaggio, legumi), per l'approvazione da parte del SIAN.

Al fine di garantire la varietà dei cibi e l'equilibrio nutrizionale di tali diete, le sostituzioni apportate al menù base dovranno essere inserite nella scheda **“DIETE ETICO – RELIGIOSE: GRIGLIA DI VERIFICA DELLE SOSTITUZIONI” (pag. 46)**

**COMUNICAZIONE DI VARIAZIONE DEL MENU'
PER MOTIVI ETICO - RELIGIOSI**

Io sottoscritto/a
genitore/tutore del bambino/a
nato/a il
residente nel Comune di
Via N°
N° telefono N° cellulare
Indirizzo di posta elettronica
iscritto alla scuola classe
nel Comune di
usufruisce del servizio mensa nei seguenti giorni: (specificare)

- | | |
|-----------|----------------|
| lunedì | martedì |
| mercoledì | giovedì |
| venerdì | tutti i giorni |

CHIEDO

che vengano apportate modifiche alla tabella dietetica in vigore nella scuola sopra citata per l'anno scolastico eliminando dal menù i seguenti alimenti:

- CARNE SUINA**
- PESCE**
- TUTTI I TIPI DI CARNE**
- ALTRO**

Il sottoscritto acconsente che l'ASL VCO tratti i propri dati personali (comuni e sensibili) purché tale trattamento sia svolto nei limiti imposti da leggi, regolamenti, alle Pubbliche Amministrazioni, per lo svolgimento dei fini istituzionali (ai sensi del GDPR – Regolamento UE 2016/679).

Data

Firma

N.B. Il presente modulo va compilato in tutte le sue parti e restituito al Responsabile delle mense scolastiche del comune / dell'istituto, che provvederà a inviarlo, per conoscenza, all'ASL VCO - SIAN - Area Nutrizione.

**DIETE ETICO – RELIGIOSE:
GRIGLIA DI VERIFICA DELLE SOSTITUZIONI**

| Settimana n. | Lunedì | Martedì | Mercoledì | Giovedì | Venerdì |
|------------------------------------|---------------|----------------|------------------|----------------|----------------|
| Dieta senza carne | | | | | |
| Dieta senza carne suina | | | | | |
| Dieta senza carne bovina | | | | | |
| Dieta latte-ovo vegetariana | | | | | |
| Dieta | | | | | |
| Dieta | | | | | |
| Dieta | | | | | |

NB. La griglia va compilata per ciascuna settimana del menù autunno – inverno e primavera – estate. In ogni casella vanno inserite le eventuali sostituzioni relative al primo piatto, al secondo piatto, al contorno e alla frutta/dessert.

BIBLIOGRAFIA

- AIC Associazione Italiana Celiachia *Prontuario AIC degli Alimenti*, consultabile online previa registrazione sul sito istituzionale www.celiachia.it
- C. Roggi, G. Turconi, *Igiene Alimenti e Nutrizione Umana. La Sicurezza Alimentare*, Edizioni Mediche Scientifiche, Roma, 2003
- CREA (Centro di Ricerca Alimenti e Nutrizione), *Linee Guida per una Sana Alimentazione Italiana*, revisione 2018
- Ministero della Salute *Linee di indirizzo nazionali per la ristorazione scolastica, 2010*
- Ministero della Salute - Direzione generale per la sicurezza degli alimenti e la nutrizione – Ufficio 5 – Linee di Indirizzo Nazionale per la Ristorazione Ospedaliera, Assistenziale e Scolastica, DM 28 ottobre 2021
- Ministero della Salute - Direzione generale per la sicurezza degli alimenti e la nutrizione – Ufficio 5 – Nutrizione e informazione ai consumatori, *Allergia alimentare e sicurezza del consumatore - Documento di indirizzo e stato dell'arte*, 2018
- P. Binetti, M. Marcelli, R. Biasi, Società Editrice Universo, *Manuale di Nutrizione Clinica e Scienze Dietetiche Applicate*, Roma, 2008
- Regione Piemonte, *Documento redatto dal gruppo di lavoro (istituito con Determinazione Dirigenziale n.129 del 19.09.2006) per rendere omogeneo l'approccio territoriale alla diagnosi e gestione delle allergie/intolleranze alimentari*, marzo 2007
- Regione Piemonte *Proposte Operative per la Ristorazione Scolastica*, marzo 2007. Scaricabile dal sito: www.regione.piemonte.it
- Regione Lombardia - ASL 1 Milano - Dipartimento di Prevenzione - U.O.C. Servizio di Igiene degli Alimenti e Nutrizione, *Linee Guida per la Gestione di Diete Speciali nella Ristorazione Scolastica*, aggiornamento 2015
- Regolamento (UE) del Parlamento Europeo e del Consiglio n. 1169 del 25 ottobre 2011 – Allergeni
- S.I.N.U. (Società Italiana di Nutrizione Umana), *L.A.R.N. (Livelli di Assunzione Giornalieri Raccomandati di Energia e Nutrienti)*, revisione 2018