

**DOMANDA DI PREDISPOSIZIONE/VALUTAZIONE MENU'  
PER L'APERTURA DI UN CENTRO DI VACANZA PER MINORI**

D.P.Reg. 22.05.2001 n. 190 *Regolamento dei centri di vacanza per minori*  
di cui all'articolo 7, comma 2, della L.R. 03.07.2000 n. 13

Le indicazioni relative all'apertura di un Centro Vacanza per Minori possono essere reperite sul sito della Regione Friuli Venezia Giulia (<http://www.regione.fvg.it>), nella sezione Interventi Sociali e Socio Sanitari, Centri di Vacanza per Minori. La tabella dietetica da allegare alla SCIA deve contenere l'indicazione della composizione dei pasti settimanali, della grammatura degli ingredienti e del numero delle calorie giornaliere. Il soggetto gestore può:

- 1 predisporre una propria tabella dietetica e poi sottoporla all'approvazione dell'Azienda Sanitaria Universitaria Giuliano Isontina (utilizzando il modulo "Valutazione igienico nutrizionale di menù", presente sul sito di ASUGI [www.asugi.sanita.fvg.it](http://www.asugi.sanita.fvg.it), completo degli allegati previsti);
- 2 utilizzare altre tabelle dietetiche fornite allo scopo dall'Azienda Sanitaria (utilizzando il modulo "Predisposizione di menù completo di computo nutrizionale e grammature", presente sul sito [www.asugi.sanita.fvg.it](http://www.asugi.sanita.fvg.it), completo degli allegati previsti);
- 3 utilizzare la tabella tipo corrispondente alla tipologia del centro organizzato, disponibile sul sito della Regione FVG (documentazione - modulistica) e qui sotto allegata per pronta evidenza. In questo caso non è necessario fare richiesta di valutazione e approvazione all'Azienda Sanitaria.

I fabbisogni calorici e le grammature riportati nell'allegato Regionale rimangono validi anche nelle situazioni 1) e 2) sopra descritte.

**TABELLE DIETETICHE TIPO - CENTRI DI VACANZA PER MINORI**

Le tabelle dietetiche, le grammature e i calcoli nutrizionali che seguono fanno riferimento alle "Linee d'Indirizzo per l'alimentazione nei Nidi d'Infanzia 3 mesi - 3 anni" e alle "Linee Guida per la Ristorazione Scolastica" entrambe pubblicate dalla Regione Friuli Venezia Giulia, oltre che ai "LARN - Livelli di Assunzione di Riferimento di Nutrienti ed Energia per la popolazione italiana", IV revisione, SINU (2014). I fabbisogni calorici per le diverse fasce d'età sono stati calcolati dalla media fra i valori per i due sessi nella seguenti categorie d'età:

- 4, 5, 6 anni: scuola dell'infanzia
- 7, 8 anni: scuola primaria
- 9, 10, 11 anni: scuola primaria
- 11, 12, 13, 14 anni: scuola secondaria I° grado
- 15, 16, 17, 18 anni: scuola secondaria II° grado

La suddivisione dei fabbisogni nei pasti della giornata tiene conto della seguente ripartizione:

- Colazione: 15%
- Spuntini (metà mattina e metà pomeriggio): 15% totali
- Pranzo e cena: 70% totali

	Kcal/die medie per maschi e femmine	Kcal per colazione	Kcal medie per ogni spuntino	Kcal medie pranzo e/o cena
Scuola dell'infanzia (4-6 anni)	1500	225	110	525
Scuola Primaria (7-8 anni)	1725	260	130	600
Scuola Primaria (9-11 anni)	2175	330	160	760
Scuola Secondaria I° (11-14 anni)	2400	360	180	840
Scuola Secondaria II° (15-18 anni)	2800	420	210	980

## MENU'

### Menù per centri di vacanza con pernottamento

	PRANZO	CENA
Lunedì	Crema di asparagi con orzo Frittata al forno con spinaci Pomodori in insalata	Risotto alla milanese Polpette di ceci impanate in cucina Melanzane al funghetto
Martedì	Pasta al pomodoro fresco e basilico Polpette di ricotta e verdure al forno Verdure alla piastra	Minestrone di verdura con pastina Hamburger di trota alla piastra Insalata e carote grattugiate
Mercoledì	Passato di ceci con farro Spezzatino di carne Caponata	Cous cous alle verdure di stagione Uova sode Rucola e pomodori
Giovedì	Pizza margherita Carote grattugiate e mais	Passato di sedano piselli e porro Involtini di bresaola e rucola Spinaci al tegame
Venerdì	Pasta col sugo di pesce Polpette di merluzzo e pane Verdura di stagione cotta	Crema di zucchine con crostini di pane Prosciutto cotto caldo alla piastra Insalata mista
Sabato	Peperoni ripieni con riso carne e formaggio (piatto unico) Pomodori e mais	Orzotto con le verdure Filetti di platessa impanati in cucina Biete saltate in padella
Domenica	Pasticcio alla bolognese Verdura gratinata al forno	Pastina o semolino in brodo Pollo con patate arrosto al forno Rucola e radicchietto

Ad ogni pasto verrà fornita la frutta e il pane.

Menù per centri di vacanza estivi diurni

	SETTIMANA 1	SETTIMANA 2	SETTIMANA 3	SETTIMANA 4
Lunedì	Pasta con zucchine Tortino uova e spinaci Insalata	Pasta fresca con pomodoro e basilico Polpette ricotta e spinaci Radicchietto	Crema di zucchine con crostini Polpette di ceci impanate in cucina Insalata mista	Rotolo di spinaci e ricotta (piatto unico) Carote al burro
Martedì	Polpette di carne bianca al sugo con purè (piatto unico) Biete al tegame	Passato di verdura con orzo Pollo con patate arrosto al forno	Orzotto alle verdure Frittata Verdure gratinate al forno	Farrotto con mais pomodori rucola Prosciutto crudo Zucchine al tegame
Mercoledì	Pasta al forno con besciamella e ragù (piatto unico) Carote grattugiate	Pasta al ragù (piatto unico) Valeriana e mais	Pizza al prosciutto cotto (piatto unico) Carote grattugiate	Minestra di riso Bocconcini di pollo al curry Patate prezzemolate
Giovedì	Minestra riso e piselli Mozzarella alla caprese con pomodori	Cous cous alle verdure Involtini di bresaola e rucola Spinaci al tegame	Gnocchetti di farina con sugo d'arrosto Arrosto di manzo Melanzane al funghetto	Peperoni ripieni con riso carne formaggio (piatto unico) Insalata rucola e mais
Venerdì	Pasta al tonno Filetti di platessa impanati in cucina Rucola e mais	Tagliatelle fresche al pesto Polpette di pesce (preparate in cucina) Pomodori in insalata	Passato di verdura con pastina Filetti di orata in umido Caponata di verdure	Pasta al pesto e pomodoro Filetti di branzino con pomodorini e olive Purè di spinaci

Ad ogni pasto verrà fornita la frutta e il pane.

## GRAMMATURE

Le grammature si riferiscono all'alimento crudo e al netto degli scarti, tranne per gli alimenti contrassegnati da asterisco\*, che si intendono "sul piatto". I valori indicati sono da ritenersi valori medi di riferimento per la porzionatura delle pietanze e tengono conto dei fabbisogni nutrizionali specifici per le diverse età: tali valori possono essere incrementati del 5% per venire incontro alla possibile variabilità individuale e/o gestionale.

### Grammature colazione

La tabella propone alcuni esempi di scelte di cibi, da alternare nelle diverse giornate (con un apporto medio di energia pari al 15% del fabbisogno calorico giornaliero), suddivise per le diverse fasce d'età.

ALIMENTO	Scuola infanzia	Scuola primaria (7-8 anni)	Scuola primaria (9-11 anni)	Scuola sec. I° grado (11-14 anni)	Scuola sec. II° grado (15-18 anni)
	grammi	grammi	grammi	grammi	grammi
Latte intero	120	140	160	180	200
Zucchero	5	5	5	10	10
Biscotti	30	35	45	45	55
oppure fiocchi di cereali	35	40	55	55	65
Yogurt bianco intero	120	130	150	170	200
Miele	5	5	5	10	10
Corn-flakes/muesli (no grassi aggiunti)	35	40	55	55	65
Te o infuso di frutta					
Zucchero	5	5	5	5	5
Toast	40	50	70	80	100
- con prosciutto cotto	30	40	50	50	60
Spremuta di frutta fresca	150	150	200	250	250
Torta casalinga tipo margherita	35	45	60	70	80
Tè o infuso di frutta					
Zucchero	5	5	5	5	5
Biscotti	30	40	50	50	65
Frutta fresca	150	150	200	250	250
Spremuta di frutta fresca	150	150	200	250	250
Pane	30	40	50	50	70
Formaggio fresco (es. stracchino, robiola)	30	30	40	40	40
Latte intero	120	140	160	180	200
Pane	40	50	60	70	80
Marmellata	15	15	20	20	25

## Grammature spuntini

La tabella propone alcuni esempi di scelte di cibi, da alternare nelle diverse giornate (con un apporto medio di energia pari al 7% del fabbisogno calorico giornaliero) per le merende del pomeriggio nella fascia d'età scuola materna (dove al mattino è consigliata la sola frutta), e per gli spuntini del mattino e le merende del pomeriggio nelle rimanenti fasce d'età.

ALIMENTO	Scuola infanzia	Scuola primaria (7-8 anni)	Scuola primaria (9-11 anni)	Scuola sec. I° grado (11-14 anni)	Scuola sec. II° grado (15-18 anni)
	grammi	grammi	grammi	grammi	grammi
Latte intero	80	80	100	120	150
Biscotti secchi	15	20	25	30	30
Yogurt bianco intero					
Miele	100	100	125	150	150
Frutta fresca (tipo mele, pere, ecc.)	5	5	5	5	5
Corn-flakes/muesli (no grassi aggiunti)	20	30	40	50	60
	5	10	10	15	20
Pane	30	40	50	50	60
Marmellata	15	15	15	20	25
Tè o infuso di frutta					
Zucchero	5	5	5	5	5
Torta casalinga tipo margherita	25	30	35	40	50
Frullato di frutta:					
- mele, pere, ecc.	50	60	80	100	100
- banane	20	20	30	30	40
- latte intero	50	60	80	80	100
+ Mandorle a parte	10	10	10	15	15
Solo pomeriggio: Pane e Prosciutto crudo magro oppure Formaggio (stracchino, robiola, ecc.)	30 15 10	40 15 10	45 20 15	50 25 15	60 25 15
Solo pomeriggio: gelato tipo fiordilatte o alla frutta	50	60	70	80	100

## Grammature pranzo e/o cena

Le grammature del pranzo e/o della cena sono state calcolate in modo da garantire l'equilibrio nutrizionale fra carboidrati (50-60%), proteine (circa 15%) e lipidi (25-35%), rispetto ad un pasto di riferimento costituito da:

- Primo piatto: pasta col pomodoro
- Secondo piatto: carne di bovino magro
- Contorno: verdura cruda o cotta
- Condimento: la quantità di olio suddivisa nelle tre portate
- Pane
- Frutta.

ALIMENTO	Scuola infanzia	Scuola primaria (7-8 anni)	Scuola primaria (9-11 anni)	Scuola sec. I° grado (11-14 anni)	Scuola sec. II° grado (15-18 anni)
	grammi	grammi	grammi	grammi	grammi
Pasta, riso per primo piatto asciutto	60	70	80	90	100
Ravioli di magro freschi o surgelati	-	150	170	200	220
Pastina/riso/orzo/crostini per brodi, passati, minestre	30	35	40	45	50
Legumi secchi per piatto unico	30	35	40	45	50
Legumi secchi per minestre	15	20	20	20	25
Patate da abbinare a primo "liquido"	120	150	180	200	220
Gnocchi di patate	150	170	200	220	250
Pizza pomodoro e mozzarella *	150	150	180	200	230
Carne magra (pollo, tacchino, suino, bovino)	50	60	80	90	100
Pesce fresco o surgelato	80	100	120	140	150
Formaggio a pasta tenera tipo mozzarella, caciotta...	40	50	50	60	70
Formaggio a pasta dura tipo latteria, montasio...	30	30	40	50	60
Parmigiano grattugiato sul primo piatto	5	5	5	5	10
Prosciutto cotto	35	40	50	60	60
Prosciutto crudo magro/bresaola	45	50	60	70	80
Uova "medie"	1	1	1 ½	1 ½	2
Verdura a foglia (tipo insalata, radicchio...)	30	50	50	50	60
Verdura fresca (cruda o cotta, tipo pomodoro, carote...)	100	150	150	200	200
Pane	50	60	70	70	80
Olio extra vergine d'oliva	15	15	20	20	25
Frutta di stagione	100	100	150	200	200

## Composizione cestino per gite fuori sede (sostitutivo del pranzo)

NOTE: i panini dovranno essere conservati in contenitori termici a temperatura di refrigerazione, durante le gite fuori sede.

ALIMENTO	Scuola infanzia	Scuola primaria (7-8 anni)	Scuola primaria (9-11 anni)	Scuola sec. I° grado (11-14 anni)	Scuola sec. II° grado (15-18 anni)
	grammi	grammi	grammi	grammi	grammi
Panino con					
- formaggio fresco (es. mozzarella, stracchino, ecc.)	35 40	40 45	50 60	50 60	60 70
- pomodoro	20	20	30	30	30
- insalata	10	10	15	15	15
Panino con					
- salume (prosciutto cotto, crudo o bresaola)	35 40	40 45	50 60	50 60	60 70
- pomodoro	20	20	30	30	30
- insalata	10	10	15	15	15
Frutta fresca	100	100	150	200	200
Succo di frutta	200	200	200	200	200
Frutta secca oleosa	-	-	-	20	20
Acqua	500 cc	500 cc	500 cc	500 cc	500 cc

A completamento degli allegati previsti dal modulo “Valutazione igienico nutrizionale di menù”, si riportano le indicazioni riguardo ai Sistemi di Preparazione e Cottura e la Lista Merceologica, estratti dalle “Linee Guida per la Ristorazione Scolastica” della Regione Friuli Venezia Giulia, 2012.

### SISTEMI DI PREPARAZIONE E COTTURA UTILIZZATI (estratto Linee Guida, pagg. 52-53)

La preparazione dei cibi rappresenta un momento importante del servizio di refezione, utile a garantire la sicurezza e la salubrità dei piatti. Allo stesso tempo gli alimenti devono essere lavorati in modo da preservarne l’apporto nutrizionale, perciò risulta particolarmente importante applicare metodi di cottura che causino minime degradazioni dei nutrienti.

La cottura dei cibi, oltre a trasformare la preparazione alimentare in pietanza e a caratterizzarla organoletticamente, produce numerose modificazioni significative sia sotto il profilo igienico che nutrizionale. Questi cambiamenti dipendono dal mezzo impiegato per la trasmissione del calore (aria, acqua, vapore, grasso), dalla temperatura applicata (superiore o inferiore a 100°C), dalla durata (tempo di cottura), dal tipo di grasso utilizzato (oli vegetali o grassi di origine animale). Il calore riduce sensibilmente la carica batterica presente negli alimenti e attiva anche alcune modificazioni tipiche dei processi digestivi su proteine, grassi e carboidrati, che diventano così più semplici e assimilabili. Le vitamine ed i sali minerali sono influenzati dalla cottura in termini quantitativi perché essa agisce (salvo pochissime eccezioni) riducendone il contenuto. Tra le vitamine, alcune sono particolarmente termosensibili (le vitamine idrosolubili soprattutto) e vengono distrutte dal calore. Per quanto riguarda i sali minerali, invece, la presenza dell’acqua li porta a trasferirsi dall’alimento al liquido di cottura. I grassi di origine vegetale ricchi di acidi grassi monoinsaturi (olio di oliva e di arachide) sono quelli da preferire, in quanto uniscono sia una buona stabilità al trattamento termico che l’assenza di colesterolo.

La tecnica di cottura ottimale è quella che aumenta la biodisponibilità dei principi nutritivi, riducendone e contenendone il più possibile le perdite. Una cottura prolungata a temperature elevate e/o in

presenza di grassi (naturali o aggiunti come condimento) può produrre effetti negativi quali la comparsa di composti di difficile digestione (es: amido resistente), l'alterazione dei grassi di cottura (es: radicali liberi, ossisteroli), la formazione di sostanze tossiche (es: ammine eterocicliche, idrocarburi, acrilamide). Di seguito si riportano le tecniche di cottura più comuni. Fatto salvo il profilo igienico-sanitario, l'elenco è strutturato secondo un ordine decrescente che tiene conto principalmente della qualità nutrizionale dell'alimento ottenuto: per tutte le tecniche di cottura vale l'assunzione che l'aggiunta di grassi a fine cottura a crudo (condimento) è di gran lunga preferibile per evitare alterazioni e far aumentare il valore nutrizionale complessivo dell'alimento.

- 1 cottura a pressione: riduce i tempi necessari alla preparazione e quindi i principi nutritivi termosensibili subiscono minori degradazioni; la digeribilità dell'alimento dipende dalla presenza o assenza di grassi ed è maggiore se la preparazione non li comprende;
- 2 cottura a vapore: contiene le perdite di principi nutritivi ed aumenta la digeribilità dell'alimento;
- 3 lessatura: i principi nutritivi idrosolubili (sali minerali ed alcune vitamine) passano nell'acqua di cottura, quindi è una buona pratica riutilizzare quest'acqua per brodi, minestre, o altre preparazioni, evitando di aggiungere il sale da cucina;
- 4 cottura al forno: ottima per cuocere l'alimento senza aggiunta di grassi e per favorire la formazione di aromi, tuttavia le alte temperature influiscono sul contenuto di principi nutritivi termosensibili. Inoltre, se la superficie dell'alimento si secca, la cottura non risulta omogenea con una diminuzione della qualità organolettica e un aumento della formazione di sostanze estranee. È buona pratica aggiungere, a seconda del tipo di alimento, brodo vegetale, latte, acqua, succo di limone, oppure utilizzare la tecnica al cartoccio avvolgendo l'alimento in fogli di alluminio: in questo modo l'alimento si cuoce nella sua stessa acqua, si riducono le perdite di aromi e di composti solubili e la formazione di sostanze tossiche;
- 5 cottura al tegame: gli alimenti cuociono a diretto contatto con un liquido (olio, acqua, brodo) per evitare che aderiscano al fondo. È possibile evitare le perdite di principi nutritivi e la formazione di sostanze tossiche riducendo questi liquidi al minimo e girando continuamente l'alimento: in questo modo inoltre si mantiene omogeneo il trattamento al calore, evitando parti più cotte di altre. È preferibile l'utilizzo di pentole antiaderenti: le stoviglie e le pentole devono sempre essere in buono stato di manutenzione (in particolare le pentole antiaderenti), per evitare che residui del fondo (metalli, teflon) migrino negli alimenti;
- 6 cottura alla piastra/alla griglia: riduce l'impiego del condimento e permette la fusione e la rimozione del grasso contenuto nel prodotto. Particolare attenzione deve essere posta nel raggiungimento del grado di cottura desiderato, evitando la formazione di parti molto scure o carbonizzate, che testimoniano la presenza di sostanze tossiche;
- 7 frittura: è sconsigliata perché aumenta l'apporto calorico, dovuto all'assorbimento del grasso di cottura (dal 10 al 40% in peso dell'alimento) e perché agisce in modo negativo sulla frazione lipidica, favorendo la formazione di sostanze tossiche. Particolare attenzione si ponga all'uso di prodotti pre-fritti, che hanno già subito perdite significative di principi nutritivi nella fase preliminare di preparazione e che, con la seconda cottura, vedrebbero diminuire ulteriormente la loro capacità nutrizionale.

Tecniche combinate: da menzionare il forno ventilato a vapore, in grado di combinare i vantaggi delle cotture con liquidi (tipo in umido) con la facilità di gestione, e il forno ventilato impiegato per la cottura dei piatti impanati. In quest'ultimo caso si possono superare le principali controindicazioni nutrizionali della frittura senza rinunciare alle sue caratteristiche organolettiche, solitamente molto gradite.

LISTA MERCEOLOGICA (estratto Linee Guida, pagg. 61-66)

Le specifiche tecniche e le tabelle di seguito riportate si riferiscono a tutti i prodotti alimentari che possono venir impiegati, come alimenti tal quali o come ingredienti, per la preparazione del menù da servire agli utenti. Si sottintende che al momento della consegna tutti i prodotti alimentari devono rispondere alle disposizioni di legge vigenti, comprese le norme sull'etichettatura e sulla rintracciabilità, essere forniti in pezzature e confezioni adeguate all'uso e presentare ottime caratteristiche igieniche ed organolettiche.

Ciò premesso, si propone di dare preferenza ai prodotti alimentari nazionali e di prossimità, biologici, tipici, tradizionali, da commercio equo e solidale, prodotti agricoli regionali come meglio specificato nel capitolo 2.

#### PRODOTTI A BASE DI CEREALI

Pane: fresco, fornito giornalmente, preparato e confezionato non oltre otto ore prima della consegna; non sono previsti l'uso e la somministrazione di pane conservato con il freddo (refrigerato o surgelato) o con altre tecniche e poi rigenerato; deve essere di pezzatura idonea all'utenza, con diversi formati e deve possedere le seguenti caratteristiche organolettiche: crosta friabile e omogenea, mollica elastica con alveolatura regolare, non deve presentare gusto eccessivo di lievito di birra, odore di rancido, di muffa o altro. Tipologie:

- pane comune di tipo "00", "0", pane tipo integrale, pane di semola, pane di semolato, pane ai cereali; ingredienti: rispettivamente farina di grano tipo "0", "00" o integrale, semola, semolato, sfarinato di cereali, lievito, acqua, sale;
- pane speciale al latte, all'olio (esclusivamente olio extra vergine di oliva) o con aggiunta di semi anche oleosi, zucca, miele, uvetta, olive.

Per tutte le tipologie di pane si indica la necessità di un ridotto contenuto di sale, ovvero < 1,8% di cloruro di sodio/100 g di farina.

Pane grattugiato: prodotto dal pane essiccato avente le caratteristiche del pane sopraindicato. Le confezioni devono essere in buste sigillate.

Pasta: di semola di grano duro, integrale e paste speciali di semola di grano duro e altri cereali. La pasta deve avere odore e sapore gradevoli, colore rispondente alla tipologia specifica, aspetto omogeneo, frattura vitrea ed essere esente da difetti di essiccazione e conservazione. Resistenza alla cottura: cuocendo 50 grammi di pasta in ½ litro di acqua salata, per almeno 20 minuti, la pasta non deve spaccarsi né disfarsi e lasciare nell'acqua di cottura soltanto un leggero sedimento farinoso. Dovranno essere resi disponibili tutti i formati richiesti e più idonei.

Pasta secca all'uovo: dovranno essere resi disponibili tutti i formati richiesti e più idonei.

Pasta fresca e pasta fresca all'uovo: prodotta esclusivamente con semola, oppure nel caso della pasta fresca all'uovo prodotta esclusivamente con semola e uova intere, in confezioni sottovuoto oppure in atmosfera protettiva esente da additivi.

Pasta fresca ripiena: in confezioni sottovuoto oppure in atmosfera protettiva esente da additivi (coloranti, conservanti, esaltatori di sapore). Il ripieno dovrà essere di spinaci o qualsiasi altra verdura, ricotta, formaggio Parmigiano Reggiano e lo stesso ripieno non dovrà essere inferiore al 25% del peso totale del prodotto.

Pasta lievitata: preparata con farina tipo "0" e/o integrale, acqua, sale, e lievito di birra, unico grasso ammesso: olio di oliva extra vergine.

Riso: tutte le varietà e gradi di raffinazione, parboiled. Deve risultare di ultimo raccolto, essere in confezione integra, sigillata, in imballaggi sufficientemente robusti tali da garantire l'integrità del prodotto.

Orzo: diversi gradi di raffinazione.

Altri cereali e derivati: semola di grano duro (semolino), semolino di riso, farina di frumento tipo "00", "0", "1", integrale, farina di mais per polenta, chicchi o fiocchi di riso, avena, farro e mais (corn flakes unici ingredienti mais, malto o miele), riso soffiato, cous-cous, burgul.

Prodotti da forno confezionati e/o freschi: conditi esclusivamente con olio extra vergine di oliva, di mais, di girasole, di sesamo, tipologie:

- gallette di mais, riso, farro e di altri cereali;
- fette biscottate, grissini, crackers, pane biscottato e simili;
- biscotti non farciti preparati con farina di grano tenero tipo "0", "00", integrale o di altri cereali, zucchero e/o miele, succo d'uva, burro, uova, frutta fresca, frutta disidratata, frutta secca e oleosa, yogurt, cacao, amido di frumento, malto, glucosio, cereali soffiati, latte, polveri lievitanti, aromi naturali,

acido ascorbico E300 – E304, tocoferoli E306 – E309, lecitine E322, acido citrico E330 – E333, (assenti altri tipi di grassi non specificati e altri additivi);

- pan di Spagna, crostata di marmellata e simili, oltre agli ingredienti di cui ai punti precedenti, preparati anche con frutta fresca.

Gnocchi di patate: freschi o conservati sottovuoto o in atmosfera protettiva, senza aggiunta di additivi e preparati solo con il seguente elenco di ingredienti riportati in ordine di peso decrescente: patate (70% minimo, nel caso di gnocchi di sole patate), farina di grano, uova, acqua, sale e aromi naturali eventualmente spalmati con olio di semi di girasole, sesamo o mais, preparati anche con spinaci, zucca, radicchi.

Gnocchi di semolino: freschi o conservati sottovuoto o in atmosfera protettiva, senza aggiunta di additivi, preparati solo con il seguente elenco di ingredienti riportati in ordine di peso decrescente: semolato, latte, acqua o brodo, sale.

#### PRODOTTI ORTOFRUTTICOLI

Frutta e verdura fresche: la consegna dei prodotti stagionali dovrà rispettare il calendario della stagionalità di seguito riportato (tabella12); nel caso la frutta e la verdura siano classificate dalla normativa comunitaria dovranno appartenere a tutte le categorie tranne quella di qualità inferiore per quello specifico prodotto. Non sono previsti i funghi.

Per garantire una maggiore freschezza si consiglia una fornitura almeno bisettimanale. I prodotti ortofrutticoli dovranno avere un adeguato stato di sviluppo e di maturazione, essere di recente raccolta, integri delle loro qualità nutritive tali da garantire il miglior rendimento alimentare. Devono presentare le precise caratteristiche merceologiche di specie al fine di consentire il trasporto, una discreta conservazione a temperatura ambiente, le operazioni connesse e rispondere alle esigenze commerciali della ristorazione collettiva. Inoltre devono essere puliti, turgidi, di pezzatura uniforme, esenti da difetti visibili, sapori ed odori estranei, non germogliati nel caso di vegetali a bulbo o tuberi. Patate, cipolla ed aglio non devono essere stati trattati con radiazioni gamma.

Verdure surgelate: le verdure surgelate dovranno rispondere a requisiti organolettici soddisfacenti: l'aspetto degli ortaggi deve risultare il più possibile omogeneo per quanto riguarda il colore, la pezzatura, e il grado di integrità, con pezzi separati senza ghiaccio sulla superficie o nella confezione. L'impiego della verdura surgelata andrà limitato ai periodi di difficile reperibilità di quella fresca, utilizzandola al massimo una volta per settimana come contorno e una volta a settimana come ingrediente (ad esempio a integrazione nelle minestre). Tipologie: asparagi, bietina, carciofi, fagiolini fini, spinaci.

Legumi freschi: fagioli, piselli, fave.

Legumi secchi: fagioli, lenticchie, ceci, piselli, fave, legumi misti.

Legumi surgelati: piselli fini, legumi misti, fagioli.

#### UOVA

Ovoprodotto: uova di gallina intere sgusciate e pastorizzate.

Uova di gallina fresche: prodotte da animali allevati a terra di categoria A extra, categoria di peso "S", "M" oppure "L".

#### CARNI FRESCHE REFRIGERATE

Carni fresche, refrigerate, provenienti da animali nati, allevati e macellati in Italia. Per la conservazione della carni deve essere utilizzata esclusivamente la refrigerazione dal momento della produzione fino alla consegna, in maniera costante ed ininterrotta. Vi deve essere nel prodotto l'assenza di odori e sapori estranei, di ecchimosi, coaguli sanguigni. Le carni in confezioni sottovuoto o in atmosfera protettiva dovranno possedere i requisiti merceologici previsti per le carni fresche refrigerate non confezionate e la data di confezionamento non deve essere antecedente a 4 giorni dalla data di consegna. I tagli devono essere confezionati dopo un'accurata rifilatura, in modo tale che al momento

dell'utilizzo si abbia uno scarto massimo del 7%. Per scarto si intende il tessuto adiposo e connettivale di copertura ed il liquido di trasudazione.

Il colore della carne sottovuoto deve virare entro 30 minuti dall'apertura della confezione alla pigmentazione specifica della specie e l'odore deve essere quello tipico del prodotto fresco. L'involucro deve essere ben aderente alla carne.

Carni bovine fresche refrigerate

Le carni, in confezioni sottovuoto o atmosfera protettiva, dovranno provenire da bovini adulti di età compresa tra 18 e 24 mesi, essere di grana fine o quasi fine, con tessuto adiposo esterno compatto e di colore bianco, uniforme e ben distribuito tra i fasci muscolari che assumono un aspetto di marezzatura media, consistenza soda e pastosa, tessitura abbastanza compatta, con stato di ingrassamento 1 – molto scarso oppure 2 – scarso (secondo la griglia CE).

Tagli anatomici:

- per arrosto: fesa esterna, filetto, lombata, scamone;
- per fettine / bistecche: fese di spalla, filetto, girello, lombata, roast-beef, scamone;
- per spezzatino: fesa, girello di spalla, noce, scamone, sottospalla;
- per brasato: girello, noce, scamone;
- per ragù, polpette: da scegliere tra i tagli anatomici sopraindicati.

Carni fresche di suino

Le carni, in confezioni sottovuoto o atmosfera protettiva, dovranno provenire da suini di prima qualità, presentare colore roseo, aspetto vellutato, grana molto fine, tessitura compatta, consistenza pastosa al tatto, venatura scarsa.

Tagli anatomici: carrè, filetto, lonza, polpa di coscia.

Carni avicunicole fresche refrigerate

I tagli delle carni avicunicole, sfusi, in confezioni sottovuoto o in atmosfera protettiva, devono essere di colorito bianco – rosa (carni avicole) e rosato tendente al rosso (carni cunicole), di buona consistenza, non flaccida, non infiltrata di sierosità. I tagli del pollame devono rientrare nella classe “A” e provenire da animali allevati a terra.

Tagli anatomici:

- cosce di pollo (ovvero femore, tibia e fibula unitamente alla muscolatura che li ricopre);
- petto di pollo (con forcilla) petto (senza pelle) con la clavicola e la punta cartilaginea dello sterno);
- fesa di tacchino il petto intero, spellato, mondato dello sterno e delle costole;
- busto con cosci di coniglio disossati.

PRODOTTI A BASE DI CARNE CRUDI O COTTI

Le seguenti categorie di prodotti carnei devono presentare, per quanto applicabili, le stesse caratteristiche indicate nel capitolo precedente per le materie prime da cui derivano.

Prosciutto cotto di alta qualità: prodotto con cosce refrigerate, senza aggiunta di polifosfati, caseinati, lattati, proteine derivanti dalla soia, esaltatori di sapidità (glutammato di sodio).

Deve essere di cottura uniforme, pressato, privo di parti cartilaginee, senza aree vuote (bolle, rammollimenti), di color rosa chiaro con grasso bianco, sodo e ben rifilato. La composizione richiesta è la seguente: carne suina fresca, sale, destrosio o altro zucchero non proveniente dal latte, aromi naturali, preferibilmente privi di nitrati.

Prosciutto crudo con disciplinare DOP

Bresaola punta d'anca della Valtellina IGP

Mortadella di Bologna IGP\*

Speck: da utilizzare come ingrediente.

Pancetta\*: da utilizzarsi come ingrediente, ottenuta da pancette selezionate di suino adulto nazionale, confezionata sottovuoto, stagionatura di almeno 30 giorni, contenuto di grassi non superiore al 30%.

Salami, Coppa, Fesa di tacchino, e altri insaccati\*.

## PRODOTTI ITTICI

Prodotti freschi o in confezioni sotto vuoto o surgelati, appartenenti anche a specie locali.

Trota e filetti di trota freschi.

Filetti o tranci di pesce surgelati: devono essere a glassatura monostratificata non superiore al 20%. La fornitura deve riguardare: filetto di merluzzo (*Gadus morhna*), filetto di nasello (*Merluccius merluccius*), tranci di palombo (*Mustelus Mustelus*), filetti di orata (*Sparus Aurata*), filetti di branzino (*Dicentrarchus labrax*), filetti e tranci di salmone (*Salmo salar*), cefalo (*Mugil cefalus*).

Bastoncini di pesce surgelati non prefritti: devono essere preparati esclusivamente con tranci di merluzzo (minimo 65% sul peso totale), di pezzatura omogenea, con carni di colore bianco, prive di macchie anomale, di pelle, di spine, di parti estranee o di resti di lavorazione e di qualsiasi altra alterazione. La panatura non dovrà presentare colorazioni brunastre, e dovrà essere esente da punti di distacco del prodotto.

Filetti di trota cotti al vapore in confezioni sottovuoto: filetti di trota (*Oncorhynchus Mykiss*) cotti al vapore in confezioni sottovuoto, privi di miospine; il pesce deve essere consegnato allo stabilimento di trasformazione entro 24 ore dalla pesca e il processo di trasformazione deve iniziare entro 24 ore dal ricevimento.

Tonno all'olio di oliva: il prodotto dovrà avere odore gradevole e caratteristico, colore uniforme rosa all'interno, consistenza compatta ed uniforme, non stopposa e dovrà risultare esente da ossidazioni, vuoti e parti estranee (spine, pelle, squame, grumi di sangue). L'acqua deve essere assente e i pezzetti di tonno non devono superare il 5% del peso totale.

## PRODOTTI LATTIERO-CASEARI

Latte: latte di alta qualità fresco pastorizzato intero.

Latte UHT: come ingrediente (ad esempio della besciamella).

Yogurt di latte intero.

Yogurt alla frutta: costituito esclusivamente da yogurt intero, zucchero e polpa di frutta.

Panna: di latte vaccino fresca.

Ricotta: di vacca, di capra, di pecora, rispettivamente da siero di latte vaccino, caprino, ovino senza aggiunta di panna e latte intero.

Formaggi a pasta molle: caciotta fresca, crescenza, robiola, stracchino, taleggio.

Formaggi a pasta filata: mozzarella vaccina anche in filoni, provola, provolone, scamorza.

Formaggi a pasta dura: Asiago DOP, Fontina DOP, Montasio DOP stagionatura superiore a 60 giorni, latteria 60 giorni di stagionatura, pecorino e caprino fresco.

Formaggi stagionati: Grana Padano DOP, Parmigiano Reggiano DOP in confezioni sottovuoto, stagionatura naturale compresa fra i 18 e i 24 mesi.

## OLI E GRASSI

Olio di oliva extra vergine.

Olio di semi: di arachide.

Burro: pastorizzato, fresco.

## VARIE

Pomodori pelati: tipo San Marzano ed altre varietà di selezione tradizionale, provenienti dall'ultimo raccolto.

Passata di pomodoro.

Olive nere o verdi: snocciolate in salamoia.

Pesto alla genovese: preparato esclusivamente con basilico, pinoli, formaggio pecorino e grana, olio di oliva extra vergine.

Miele: vergine italiano di qualità di un unico fiore.

Preparato di frutta a base di ...: preparazione con minimo 60 grammi di frutta su 100 grammi di prodotto, gusti vari.

Zucchero: zucchero di barbabietola e di canna.

Infusi di frutta: in filtro o sfusi.

Camomilla: deve essere di montagna, di fiori tubolari setacciati e confezionata in filtri.

Cacao.

Cioccolato.

Gelati: devono essere confezionati con panna, latte intero o scremato, uova, zucchero, aromi naturali, ingrediente caratterizzante (cacao, vaniglia, frutta ecc.), pectine. Gelato tipo fior di latte o alla frutta, gelato tipo biscotto, gelato in coppetta gusti vari (fior di latte, cacao, frutta, ecc.).

Aceto: di vino, di mele.

Sale marino iodato grosso e fine (uso esclusivo).

Frutta secca oleosa: noci, nocciole, mandorle, pinoli, pistacchi.

Frutta essiccata: fichi, prugne, albicocche.

Altri prodotti: seitan, tofu, latte di riso e di mandorle.

Alimenti da utilizzare per la preparazione delle diete speciali e delle alimentazioni particolari.

nota \* alimenti indicati per la preparazione di pasti e fuori pasto dedicati agli studenti delle scuole secondarie