

**SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA**

Azienda Unità Sanitaria Locale di Bologna
Dipartimento Cure Primarie
U.O.S. Pediatria Territoriale Est
Poliambulatorio di San Lazzaro di Savena
Via Repubblica, 11
Tel 051/6224313 – Fax 051/6224327

San Lazzaro di Savena, 12 ottobre 2015

Accorgimenti da tenere per la preparazione e distribuzione di diete speciali

Le diete speciali, in un'ottica di ristorazione scolastica di qualità, stanno sempre più aumentando e si stanno sempre più differenziando tra loro perciò è importante che **tutto il personale addetto alla preparazione/distribuzione/sorveglianza sul consumo del pasto sia a conoscenza delle indicazioni scritte nel presente documento.**

Per far sì che i bambini a dieta speciale abbiano, dai pasti consumati a scuola, un'alimentazione gustosa e non monotona, il personale di cucina dovrà, sulla base del menù dei bambini a dieta libera, programmare per tempo il piano di lavoro della giornata.

La grande eterogeneità della domanda e la particolare attenzione richiesta durante il confezionamento e distribuzione dei pasti necessita che il luogo di preparazione permetta all'operatore di disporre di uno spazio appositamente dedicato al confezionamento e scodellamento della dieta.

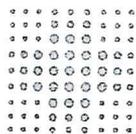
Una corretta metodologia di lavoro richiede di poter disporre di utensili, tegami, contenitori termici, bilancia, forno, piani di cottura, spazi per appoggiare e appendere gli schermi delle diete richieste, spazi nella dispensa e nei frigoriferi per conservare le materie prime specifiche alle diete richieste

Una scrupolosa attenzione ad appositi accorgimenti ha lo scopo di evitare che il pasto speciale non sia inquinato da ingredienti proibiti ai bambini a dieta

Oltre al personale delle cucine è **importante** che i docenti e il personale addetto alla distribuzione del pasto conservino una copia dei certificati di dieta della classe.

Accorgimenti da tenere per la preparazione e distribuzione delle diete

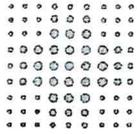
- Tenere ben visibili i certificati di dieta e leggerli attentamente.
- Controllare sempre le date di scadenza delle materie prime.
- Controllare i componenti dei prodotti utilizzati per verificare che non contengano tracce dell'alimento proibito.
- Nella dispensa, conservare gli alimenti con caratteristiche diverse in zone distinte.
- Se i pacchetti non sono completamente utilizzati conservare gli alimenti che rimangono in contenitori chiusi.
- Pesare gli ingredienti.
- Al momento della distribuzione della merenda di metà mattina, del pomeriggio, del pane e della frutta a pasto, consegnare le diete dentro a sacchetti singoli e chiusi con l'indicazione scritta del tipo di dieta e del nominativo del bambino.
- Non preparare i pasti con troppo anticipo rispetto al momento della loro distribuzione.
- Conservarli alle giuste temperature per evitare proliferazioni microbiche.
- Non utilizzare la stessa acqua di cottura per alimenti con caratteristiche diverse (es. pasta di semola, pasta senza glutine).



- Gli ingredienti tipo sale, zucchero, spezie, dovranno essere conservati in barattoli chiusi, e al momento dell'utilizzo, per non contaminarne il contenuto, servirsi di un cucchiaino, oppure utilizzare contenitori forniti di coperchi forati.
 - Non utilizzare gli stessi utensili per cucinare e distribuire diete con caratteristiche diverse.
 - Conservare le preparazioni in contenitori idonei e distinti.
 - Scrivere all'esterno del contenitore il tipo di dieta e il nominativo del bambino al quale deve essere distribuita.
 - Non utilizzare utensili di legno (taglieri, posate, ecc.)
 - Nel refettorio, non aprire i contenitori con troppo anticipo rispetto al momento della loro distribuzione
 - Per non creare errori di distribuzione non togliere le indicazioni del tipo di dieta che contengono e il nominativo del bambino.
 - I tavoli del refettorio non dovranno essere coperti da tovaglie in stoffa
 - Non mettere in tavola i contenitori del formaggio grattugiato, per evitare che i bambini si servano da soli.
 - Si consiglia di servire i bambini a dieta per primi, poi passare alla distribuzione del pasto dei bimbi non a dieta.
 - Al momento dell'apparecchiatura della tavola si consiglia di far sedere i bimbi a dieta sempre nello stesso posto.
 - Durante la distribuzione del pasto nel refettorio, utilizzare posate distinte per le diete..
 - L'operatore che sorveglia il consumo del pasto dovrà prestare attenzione che i bambini non si scambino gli alimenti e notare se il bambino a dieta gradisce quanto gli è servito. Nel caso che, regolarmente, non consumi alcune preparazioni, si dovrà avvisare il personale di cucina perché provveda, se possibile, a sostituire la preparazione non gradita con un'altra ricetta.
- **Agli accorgimenti sopra scritti si aggiungono i seguenti per la preparazione e distribuzione dei pasti ai bimbi celiaci.**

Accorgimenti da tenere per la preparazione e distribuzione delle diete prive di glutine

- L'ideale sarebbe riservare un'area della cucina esclusivamente alla preparazione dei menù privi di glutine.
- Procurarsi utensili da usare solo per la preparazione delle diete celiache.
- Poiché durante la preparazione di impasti o ricette con farina normale può succedere che rimanga in sospensione nell'aria piccole particelle di farina che potrebbero ricadere sulle preparazioni prive di glutine, si consiglia di preparare i pasti per celiaci in un punto della cucina lontano dal piano di lavoro utilizzato per la preparazione dei pasti normali;
- Se, per variare la dieta, si desiderasse introdurre alimenti al di fuori dello schema di dieta fornito, consultare l'ultima pubblicazione del prontuario degli alimenti per celiaci.
- Lavarsi accuratamente le mani se precedentemente si sono preparati pasti con glutine e lavare le superfici sporche di farina, le stoviglie e gli utensili usati per la preparazione di altre pietanze contenenti glutine (es. pasta).
- Cambiare sempre il grembiule se precedentemente utilizzato in preparazioni con farine vietate.
- Se ci fossero mensole sui piani di lavoro non devono essere occupate da farine o paste vietate perché potrebbero cadere sul tavolo di lavoro ed inquinare le preparazioni senza glutine.
- Per pesare gli alimenti usare un'apposita bilancia o dopo averlo ben lavato, foderare il piano di appoggio con carta stagnola o carta per alimenti.
- Non utilizzare la stessa grattugia per pane e formaggio.
- Cucinare la pasta dietetica con acqua non utilizzata per altre cotture
- Non cuocere il riso o la pasta senza glutine in cestelli utilizzati per cotture multiple.



**SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA**

Azienda Unità Sanitaria Locale di Bologna

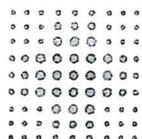
- Usare fogli ed utensili di alluminio, o carta da forno su piastre o superfici che possono essere contaminate, ancor meglio usare recipienti utilizzati solo per la preparazione di alimenti senza glutine.
- Per evitare inquinamenti lavare sempre molto bene l'interno del forno dopo la cottura di alimenti preparati con farina o pane grattugiato e risciacquarlo sempre prima della cottura di alimenti somministrati alle diete prive di glutine. Per maggior sicurezza e per facilitare il lavoro dei cuochi sarebbe bene che un piccolo forno venisse utilizzato solo per la cottura di queste diete.
- Fare attenzione a non mescolare con lo stesso cucchiaino che si sta adoperando per la pasta normale, lavare bene lo scolapasta o ancor meglio utilizzarne uno esclusivamente per la pasta senza glutine.
- Infarinare i cibi solo con farine consentite,
- Non addensare salse o sughi con farine o amido di frumento o con pane grattugiato.
- Non utilizzare l'olio di frittura già usato per cuocere cibi impanati o infarinati, friggere con olio d'oliva o d'arachide.
- Non utilizzare alimenti prefritti.
- Durante la preparazione dei pasti evitare il passaggio nelle immediate vicinanze di personale impegnato nella preparazione di ricette con farine vietate.

Distribuzione delle merende e scodellamento del pasto

- Lavare sempre accuratamente le mani prima della manipolazione di alimenti privi di glutine, es. distribuzione di pane, biscotti, dolci con glutine seguita dalla distribuzione di pane, biscotti, dolci privi di glutine.
- Durante la distribuzione nel refettorio, utilizzare posate esclusivamente per la distribuzione di diete senza glutine, non utilizzare posate di legno.
- Chi provvede alla distribuzione delle merende e del pasto dovrà prestare attenzione perché sui carrelli non siano presenti briciole di alimenti con glutine.

Giochi che comportano la manipolazione di farina con glutine o di alimenti proibiti

Nelle classi frequentate da bambini a dieta celiaca, per allergie, ecc., non devono essere fatti giochi che comportano l'utilizzo di alimenti proibiti.



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda USL di Bologna

**DIPARTIMENTO DI CURE PRIMARIE
U. A. PEDIATRIA TERRITORIALE EST
VIA REPUBBLICA 11 – 40068 SAN LAZZARO DI SAVENA
Tel. 6224350/ 313 – FAX 051/6224327**

Dieta in bianco (povera in lattosio e in fibre)

Merenda di metà mattina

Mela cruda sbucciata
Banana
Arance spremute e filtrate (al momento del consumo)
Tè poco zuccherato o dolcificato con miele
Cracker – grissini sconditi
Biscotti secchi di tipo comune

Pranzo

Primi piatti

Pasta di semola (tipo spaghetti, gramigna, sedanini, gobbini), riso.
Potranno essere conditi a giorni alterni con olio crudo e parmigiano o con salsa di pomodoro, olio crudo e parmigiano.

Secondi piatti

Carne magra di vitellone, pollo, tacchino, coniglio, cavallo, cucinata ai ferri, al forno, a vapore, lessata (la carne di vitellone lessata non è indicata per questo tipo di dieta) condita con olio crudo e limone.
Pesce (sogliola, nasello, merluzzo, halibut) cucinato ai ferri o a vapore o lessato e condito con olio crudo e limone.
Prosciutto crudo o cotto magro.
Parmigiano ben stagionato.

Contorni

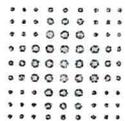
Patate lessate, carote lessate, purea di patate, purea di carote, purea misto di patate e carote (il purea dovrà essere preparato senza latte e con olio crudo in sostituzione del burro).

Mela cruda priva di buccia
Fette biscottate
Pane comune ben cotto senza mollica
Cracker
Grissini sconditi

Merenda del pomeriggio

Tè poco zuccherato o dolcificato con miele
Cracker o fette biscottate con miele
Cracker o fette biscottate o grissini sconditi con parmigiano stagionato
Cracker o fette biscottate o grissini sconditi con prosciutto crudo o cotto magro
Mele crude prive di buccia
Banana
Arance spremute e filtrate (al momento del consumo)

Lo schema di dieta è stato compilato tenendo presenti le preparazioni alimentari presenti nelle tabelle dietetiche elaborate dalla Pediatria Territoriale di San Lazzaro e le preparazioni che compaiono nei menù mensili delle Refezioni Scolastiche dei Comuni di San Lazzaro di Savena, Pianoro, Loiano, Monghidoro, Montereenzio, Ozzano.



Dipartimento Cure Primarie
Area Dipartimentale salute donna e bambino
UOS Pediatria Territoriale Est

SCHEMA DI DIETA PRIVA DI GLUTINE (per scuola materna – elementare - media)

Merenda di metà mattina

Latte fresco (pastorizzato) o a lunga conservazione (UHT, sterilizzato), delattosato o ad alta digeribilità non addizionato di aromi o altre sostanze, può essere dolcificato con zucchero bianco o di canna o miele.

Latte con aggiunta di cacao in polvere (solo se corrisponde alla marca indicata nel “Prontuario AIC degli alimenti” ultima pubblicazione).

Yogurt naturale (magro o intero).

Yogurt alla frutta (solo se corrispondono alla marca indicata nel “Prontuario AIC degli alimenti” ultima pubblicazione).

Yogurt bianco cremoso senza aggiunta di addensanti, aromi o altre sostanze (contenente unicamente yogurt, zucchero, fermenti lattici).

Yogurt di soia, di riso (solo se corrispondono alla marca indicata nel “Prontuario AIC degli alimenti” ultima pubblicazione).

Latte in brik addizionato con cacao (solo se corrispondono alla marca indicata nel “Prontuario AIC degli alimenti” ultima pubblicazione).

Bevande a base di latte, soia, riso, mandorle (solo se corrispondono alla marca indicata nel “Prontuario AIC degli alimenti” ultima pubblicazione).

Bustina, filtro di: tè, tè deteinato, camomilla, carcadè.

Tè, tè deteinato in bottiglia, in brik, preparato in polvere, camomilla, tisane liquidi o preparati in polvere (solo se corrispondono alla marca indicata nel “Prontuario AIC degli alimenti” ultima pubblicazione).

Pane privo di glutine, biscotti privi di glutine, fette biscottate privi di glutine.

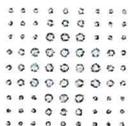
Prodotti per prima colazione da cereali permessi (soffiati, in fiocchi, muesli) (solo se corrispondono alla marca indicata nel “Prontuario AIC degli alimenti” ultima pubblicazione).

Pranzo

Primi piatti:

pasta senza glutine o riso conditi con olio e parmigiano, burro e parmigiano, pomodoro 1* e parmigiano, con ragù di carne, con zafferano, con passato di verdura (preparato con verdura fresca o con preparati surgelati per minestrone costituiti unicamente da ortaggi), in brodo di carne magro (con esclusione di dadi per brodo ed estratti di carne e vegetali), con passato di legumi, confezionato con legumi, tal quali, freschi, secchi, surgelati, in scatola (conservati con acqua, sale, zucchero, anidride solforosa, acido ascorbico e citrico).

Insalate di riso e di pasta priva di glutine (utilizzando tra gli ingredienti verdura fresca o verdure conservate con acqua, sale, olio, zucchero, anidride solforosa, acido ascorbico, acido citrico)



Ragù di pesce (preparato con pesce fresco o surgelato tal quale, o con tonno conservato al naturale o in olio d'oliva, privo di additivi, aromi o altre sostanze), **no surimi**.

Farina per polenta, farina per polenta precotta o istantanea, polenta pronta (**solo se corrisponde alla marca indicata nel "Prontuario AIC degli alimenti" ultima pubblicazione**) condita con pomodoro 1* e parmigiano o con ragù di carne, di pesce (preparato con pesce fresco o surgelato tal quale) o con formaggio del tipo consentito.

Secondi piatti:

carne magra (tal quale fresca o surgelata) di vitellone, lombo di maiale, pollo, tacchino, coniglio, cavallo.

Pesce (**no surimi**) fresco o surgelato tal quale, tonno conservato al naturale o in olio d'oliva (privo di additivi, aromi o altre sostanze).

Uova intere.

Uova liquide pastorizzate (intere, tuorli, albumi) **prive di additivi, aromi o altre sostanze** (non aromatizzate)

Prosciutto crudo magro.

Prosciutto cotto magro (**solo se corrisponde alla marca indicata nel "Prontuario AIC degli alimenti" ultima pubblicazione**), bresaola (**solo se corrisponde alla marca indicata nel "Prontuario AIC degli alimenti" ultima pubblicazione**).

Omogeneizzati di carne, pesce, prosciutto (**solo se corrispondono alla marca indicata nel "Prontuario AIC degli alimenti" ultima pubblicazione**).

Nelle preparazioni che lo richiedono la farina ed il pane grattugiato saranno sostituiti da farina e pane grattugiato privi di glutine.

Formaggi freschi e stagionati.

Formaggi a fette, fusi, da spalmare, formaggi vegetali (es. tofu) **solo se corrispondono alla marca indicata nel "Prontuario AIC degli alimenti " ultima pubblicazione**.

Contorni:

tutte le verdure fresche di stagione, verdure surgelate (conservate tal quali), crude, cotte, condite con olio crudo e limone e, se previste dal menù, con burro e parmigiano.

Patate al forno (**no patate prefritte o precotte**), purè di patate, preparato con patate lessate, burro, latte, parmigiano e sale, (**no purè istantaneo**), purè misto di patate e carote, patate lessate, patate gratinate.

Tutti i legumi tal quali, freschi, secchi, surgelati , in scatola (conservati con acqua, sale, zucchero, anidride solforosa, acido ascorbico e citrico).

Pane senza glutine.

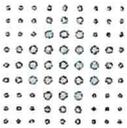
Frutta fresca di stagione.

Frutta sciroppata.

Macedonia di frutta fresca.

Omogeneizzati di frutta (**solo se corrispondono alla marca indicata nel "Prontuario AIC degli alimenti" ultima pubblicazione**).

Condire e cucinare con olio d'oliva extravergine, olio d'oliva, di girasole, di mais, di arachide e se gradito con succo di limone appena spremuto o aceto di vino (non aromatizzato), aceto di mele. Si potranno insaporire gli alimenti con, spezie ed erbe aromatiche tal quali.



Merenda del pomeriggio

Latte fresco (pastorizzato) o a lunga conservazione (UHT, sterilizzato), latte delattosato o ad alta digeribilità non addizionato di aromi o altre sostanze. può essere dolcificato con zucchero bianco o di canna o miele.

Latte con aggiunta di cacao in polvere (solo se corrisponde alla marca indicata nel “Prontuario AIC degli alimenti” ultima pubblicazione).

Yogurt naturale magro o intero.

Yogurt alla frutta (solo se corrispondono alla marca indicata nel “Prontuario AIC degli alimenti” ultima pubblicazione).

Yogurt bianco cremoso senza aggiunta di addensanti, aromi o altre sostanze (contenente unicamente yogurt, zucchero, fermenti lattici).

Yogurt di soia, di riso (solo se corrispondono alla marca indicata nel “Prontuario AIC degli alimenti” ultima pubblicazione).

Bevande a base di latte, soia, riso, mandorle (solo se corrispondono alla marca indicata nel “Prontuario AIC degli alimenti” ultima pubblicazione).

Bustina, filtro di: tè, tè deteinato, camomilla, carcadè.

Tè, tè deteinato in bottiglia, in brick, preparato in polvere, camomilla, tisane liquidi o preparati in polvere (solo se corrispondono alla marca indicata nel “Prontuario AIC degli alimenti” ultima pubblicazione).

Prodotti per prima colazione da cereali permessi (soffiati, in fiocchi, muesli) (solo se corrispondono alla marca indicata nel “Prontuario AIC degli alimenti” ultima pubblicazione).

Frutta fresca di stagione.

Omogeneizzati di frutta (solo se corrispondono alla marca indicata nel “Prontuario AIC degli alimenti” ultima pubblicazione).

Nettare e succhi di frutta (solo se corrispondono alla marca indicata nel “Prontuario AIC degli alimenti” ultima pubblicazione).

Pane senza glutine o fette biscottate senza glutine con parmigiano stagionato.

Pane senza glutine o fette biscottate senza glutine con marmellata/ confetture (solo se corrispondono alla marca indicata nel “Prontuario AIC degli alimenti” ultima pubblicazione).

Pane senza glutine o fette biscottate senza glutine con miele.

Pane senza glutine o fette biscottate senza glutine con prosciutto crudo.

Pane senza glutine o fette biscottate senza glutine con prosciutto cotto (solo se corrisponde alla marca indicata nel “Prontuario AIC degli alimenti” ultima pubblicazione).

Pane senza glutine o fette biscottate senza glutine con cioccolato in tavoletta (solo se corrisponde alla marca indicata nel “Prontuario AIC degli alimenti” ultima pubblicazione).

Pizza preparata con farina senza glutine, farcita con pomodoro 1* e mozzarella (utilizzare per confezionarla lievito della marca presente nel “Prontuario AIC degli alimenti” ultima pubblicazione).

Basi per pizza confezionate con farina senza glutine, già pronte in commercio.

Focacce salate preparate con farina senza glutine (utilizzare per confezionarle lievito della marca presente nel “Prontuario AIC degli alimenti” ultima pubblicazione).

Pop-corn confezionati (solo se corrispondono alla marca indicata nel “Prontuario AIC degli alimenti” ultima pubblicazione).



Biscotti senza glutine

Merende da forno confezionate, dolci o salate prive di glutine (solo se corrispondono alla marca indicata nel " **Prontuario AIC degli alimenti**" ultima pubblicazione).

Dolci preparati con farina senza glutine (utilizzare per confezionarli lievito della marca presente nel " **Prontuario AIC degli alimenti**" ultima pubblicazione).

Gelati industriali (solo se corrispondono alla marca indicata nel "Prontuario AIC degli alimenti" ultima pubblicazione).

1* passato di pomodoro, i pomodori pelati e il concentrato di pomodoro non miscelati con altri ingredienti ad esclusione di acido ascorbico (E300 o Vit. C) e acido citrico (E330).

Il Pediatra/Medico di Famiglia dovrà precisare nella richiesta se ritiene opportuno eliminare dalla dieta anche il latte, i latticini e tutte le preparazioni che li contengono.

Lo schema di dieta è stato compilato indicando le preparazioni alimentari presenti nelle tabelle dietetiche elaborate dalla Pediatria Territoriale Est Poliambulatorio di San Lazzaro di Savena e le preparazioni che compaiono nei menù mensili delle Refezioni Scolastiche dei Comuni facenti capo al Distretto, utilizzando come fonte bibliografica il "Prontuario AIC degli alimenti anno 2014"