

**AFFIDAMENTO APPALTO DEL SERVIZIO DI MENSA SCOLASTICA
SCUOLA DELL'INFANZIA DEL COMUNE DI SAMO
ANNO SCOLASTICO 2017 – 2018**

CAPITOLATO

ART. 1

OGGETTO E DURATA DELL'APPALTO

Il presente capitolato ha per oggetto l'affidamento ad impresa di ristorazione specializzata, del servizio di preparazione, confezionamento, veicolazione e distribuzione dei pasti nonché la pulizia e la preparazione dei locali refezione e lo smaltimento dei residui alimentari. Interessate dal servizio sono le classi a tempo "normale" delle scuole dell'infanzia ubicata in via La Verde nel Comune di Samo.

Al fine di consentire al soggetto aggiudicatario un'efficace valutazione delle esigenze organizzative richieste, atte ad assicurare un ottimale livello di erogazione del servizio, l'appalto dovrà prevedere la fornitura di pasti per la scuola dell'infanzia per un numero presuntivo di circa 16 alunni e 2 docenti.

Il numero dei pasti è puramente indicativo in quanto il reale quantitativo quotidiano dei pasti potrà variare, sia in diminuzione che in aumento, in relazione all'effettivo utilizzo del servizio da parte dell'utenza, senza che la ditta possa trarne argomento per chiedere compensi o rimborsi, con il pagamento, nell'ipotesi della diminuzione del numero, dell'importo relativo ai soli pasti effettivamente forniti. La fornitura si riferisce ai soli giorni di effettive lezioni nelle scuole, esclusi il sabato e le festività previste dalla legge, nonché quelle decise dai singoli istituti nella loro autonomia ed eventuali giorni che l'amministrazione comunale comunicherà con un preavviso di 24 ore. Anche i giorni di servizio presso le scuole potranno variare a seconda degli orari decisi dall'autorità scolastica.

L'inizio del servizio viene fissato presumibilmente per il giorno 08 del mese di Gennaio 2018 con termine finale fissato inderogabilmente alla data del 31 maggio 2018.

ART. 2

NUMERO DEI PASTI DA FORNIRE GIORNALMENTE

La ditta appaltatrice avrà cura di sentire le scuole entro le ore 9:30 di ogni giorno di servizio per chiedere il giusto quantitativo di alunni.

Nessun pasto dovrà essere fornito nel giorno di Sabato o in qualsiasi altro giorno considerato festivo e nel quale, per qualsiasi ragione, non si effettuino le lezioni. In caso di interruzioni del servizio non programmate la Ditta sarà avvertita con 24 ore di anticipo non avendo, peraltro, diritto ad alcun indennizzo.

La Ditta si obbliga a fornire, allo stesso prezzo unitario, ulteriori pasti, a richiesta del Responsabile del procedimento, nel caso in cui il numero degli alunni richiedenti il servizio dovesse aumentare.

La Ditta si obbliga a fornire un numero di pasti giornaliero eventualmente inferiore, fino al 40%, del numero previsto. Qualora il numero dei pasti richiesti dovesse ridursi oltre tale limite del 40%, la Ditta appaltatrice è obbligata a non interromper la fornitura.

Ove per qualsiasi ragione il servizio dovesse essere interrotto o sospeso, questo Ente ne darà comunicazione, con preavviso di almeno un giorno, alla ditta aggiudicataria, la quale non potrà pretendere indennizzo alcuno a qualsivoglia titolo.

ART. 3

MODALITA' DELLA FORNITURA

La distribuzione dei pasti, a cura e spese della ditta appaltatrice dovrà essere completata in nella sede scolastica tra le ore 12:30 e le ore 13:10 nella sala addetta alla consumazione. La Ditta, si impegna a fornire i pasti nello stesso giorno in cui vengono preparati. La Ditta dovrà curare la

pulizia, la preparazione e l'igienizzazione dei locali di distribuzione dei pasti presso la scuola, unitamente ai piani su cui gli alunni consumeranno la refezione.

Dettagliatamente la ditta dovrà garantire:

- la preparazione ed il trasporto alla scuola dei pasti per gli alunni ed il personale che ne abbia diritto;
- la fornitura di stoviglie e materiale accessorio alla gestione mensa;
- il ricevimento pasti. A tutela delle condizioni igienico sanitarie, i pasti dovranno essere contenuti in vaschette a perdere mono porzione sigillate che, durante il trasporto, dovranno essere contenute in speciali contenitori isolanti, analogamente le razioni di pane e frutta dovranno essere adeguatamente sigillate. Tutti i recipienti devono rispondere ai requisiti di legge. Si intende che detti recipienti, come pure le stoviglie, posate, bicchieri, piatti, salviette di carta saranno forniti dalla ditta aggiudicataria così come il materiale e la manodopera necessaria alla preparazione, alla pulizia e disinfezione dei locali e dei ripiani su cui si consumeranno i pasti;
- predisposizione del refettorio;
- preparazione dei tavoli per i pasti;
- scodellamento e distribuzione dei pasti;
- pulizia e riordino dei tavoli dopo i pasti;
- lavaggio e riordino delle stoviglie;
- gestione di rifiuti.

ART. 4

TABELLE MERCEOLOGICHE E ORDINAZIONE DI PASTI SPECIALI

I pasti di cui trattasi dovranno comprendere: primo e secondo piatto, contorno, frutta, pane e acqua minerale non gassata come previsto dalla "Tabella dietetica per scuola dell'infanzia" consultabile presso l'ufficio del Responsabile del procedimento nonché presso le scuole dove il servizio si espleta.

Nell'ipotesi di esigenze dietetiche personali determinate da particolari patologie dell'apparato digerente o metabolico, documentate da medico specialista e da relativa Tabella dietetica vidimata dal Dirigente del competente Ufficio dell'ASP, la ditta appaltatrice si obbliga alla relativa fornitura.

ART. 5

LA TABELLA DIETETICA E L'ACQUA

I pasti saranno preparati esattamente come previsto dalla "Tabella Dietetica". Questa contiene i menù, gli ingredienti dei piatti e tutti i prodotti da servire, la loro qualità e grammatura, il contenuto chilocalorico, e tutti gli elementi per la loro preparazione. È suddivisa in menù per la scuola infanzia e per la scuola primaria suddivisi ulteriormente in periodi: autunno/inverno e primavera/estate. La Tabella dietetica è depositata e consultabile presso le scuole citate all'art. 1 e presso l'ufficio del responsabile del procedimento.

La stazione appaltante, previo nulla osta della A.S.P. competente o su specifica indicazione di questa, potrà richiedere alla ditta appaltatrice modifiche sia alla tabella merceologica che ai relativi menù che non comportino sostanziale pregiudizio alla correttezza delle prestazioni.

La temperatura dei pasti forniti, registrata al momento della somministrazione a tavola, (il termometro va posizionato sulla superficie del cibo) deve essere: per gli alimenti caldi superiore a 45°C (se è inferiore ai 35° il piatto va sostituito). Per i piatti freddi deve essere compresa tra 15 e 25°C.

L'acqua minerale dovrà essere fornita in "boccioni" sigillati, collocati su erogatori la cui fornitura, pulizia e manutenzione sarà a carico della Ditta, in tutte le sedi di refezione, in ragione di almeno uno ogni 30 pasti medi consumati nella sede in questione.

L'acqua minerale fornita dovrà rispondere ai seguenti requisiti :

- assenza di ammoniaca, nitriti e metalli pesanti.
- il contenuto di sodio non superiore a 20,00 mg/lit.

- il contenuto di fluoro non superiore a 1,50 mg/lit.
- il contenuto in nitrati non superiore a 5,00 mg/lit.
- il contenuto in calcio non superiore a 100,00 mg/lit.

Tali caratteristiche dovranno risultare dall'etichetta apposta sulla confezione o da altra idonea documentazione.

ART. 6

NORME IGIENICO-SANITARIE E CONTROLLI

Controlli e ispezioni igienico sanitari potranno, in qualsiasi momento, essere effettuati dagli organi a ciò preposti:

- sul personale impiegato nell'appalto, che dovrà essere in possesso della prescritta tessera sanitaria;
- sul materiale impiegato per il confezionamento dei pasti;
- sulle derrate e sulle scorte destinate alla refezione scolastica.
- sull'attrezzatura e sui locali di preparazione dei pasti. Questi ultimi dovranno essere centralizzati in un'unica sede per facilitarne il controllo, igienicamente idonei, dotati di materiali e utensili adeguati e rispettare la normativa vigente in materia di emissioni nocive e pericolose.

Gli automezzi adibiti al trasporto dovranno possedere i requisiti previsti dall'art. 43 del D.P.R.327/80 e ss.mm. e ii. L'aggiudicatario dovrà essere in possesso del libretto sanitario, o sostitutivo, a termini della normativa vigente.

L'aggiudicatario in quanto responsabile dell'industria alimentare dovrà rispettare le previsioni in materia di autocontrollo previste dal Decreto Lgs. n.155/97 e D.Lgs 6/11/2007 n°193 nel testo vigente e produrre il "Documento Unico di Valutazione del Rischio" ai sensi dell'art. 26 c.3 D.lgs. 81/2008, unitamente agli altri documenti, prima dell'inizio del servizio.

E' facoltà dell'Amministrazione comunale effettuare, in qualsiasi momento senza preavviso e, con le modalità che riterrà opportune, controlli per verificare la rispondenza del servizio fornito dall'impresa aggiudicataria alle prescrizioni contrattuali del presente capitolato speciale d'appalto. L'impresa aggiudicataria è obbligata a fornire ai tecnici incaricati della vigilanza dall'Amministrazione comunale ed ai componenti della Commissione mensa tutta la collaborazione necessaria, consentendo in ogni momento il libero accesso ai locali cucina, ai refettori ed ai magazzini, fornendo tutti i chiarimenti necessari e la documentazione relativa.

Le bolle di consegna delle derrate alimentari dovranno essere conservate presso il centro refezionale per tutta la durata dell'anno scolastico in originale e/o in fotocopia da esibirsi su richiesta del personale addetto ai controlli.

L'Amministrazione ai fini del controllo è legittimata a delegare rappresentanti dei genitori o qualunque altro organismo titolare anche indiretto dell'interesse purché formalmente incaricato.

I controlli verranno effettuati dall'ufficio preposto dall'Amministrazione comunale, che si potrà avvalere di tecnici o ditte specializzate e da tutti gli organismi istituzionali legittimati al controllo. E' inoltre istituita una Commissione mensa con le attribuzioni di cui al successivo art. 65 così composta:

- a) Dirigente dell'Ufficio Comunale competente o suo delegato;
- b) Dirigente scolastico dell'Istituto o suo delegato;
- c) N° 1 rappresentante dei genitori per ogni plesso scolastico interessato al servizio;
- d) N° 1 rappresentante degli insegnanti per ogni plesso scolastico interessato al servizio;
- e) N° 1 tecnico nominato dall'Amministrazione comunale.

ART. 7

ORGANICO E TRATTAMENTO ECONOMICO E NORMATIVO DEL PERSONALE

Per il disimpegno del servizio l'appaltatore dovrà impiegare per ogni plesso scolastico almeno una unità di personale con la qualifica di inserviente di mensa munito di tesserino sanitario per almeno due ore giornaliere, il responsabile del procedimento applicherà alla Ditta appaltatrice una penale di Euro 150,00 giornalieri per l'unità operativa mancante.

Il personale inserviente curerà il servizio di distribuzione dei pasti, dovrà provvedere al quotidiano servizio di pulizia, ordine e riordino degli ambienti scolastici destinati a luoghi di refezione scolastica provvedendo la ditta appaltatrice a tutto il materiale necessario a tal uopo.

La dislocazione degli inservienti e i relativi dati anagrafici dovranno essere formalmente comunicati all'ufficio preposto.

Ad essi la Ditta appaltatrice dovrà corrispondere il trattamento economico e normativo previsto dalle leggi e dal vigente contratto collettivo di lavoro di categoria restando il Comune completamente esonerato da ogni e qualsiasi responsabilità inerente i rapporti tra la Ditta appaltatrice e i propri dipendenti.

A tutto il personale dipendente la Ditta appaltatrice dovrà distribuire a sua cura e spese, le uniformi da lavoro secondo la quantità e la qualità prescritte dai vigenti contratti collettivi di lavoro e dalle norme sanitarie vigenti in materia.

L'elenco nominativo comprensivo di qualifica di tutto il personale coinvolto nella preparazione, consegna e somministrazione dei pasti alla stazione appaltante dovrà essere comunicato all'ufficio del responsabile del procedimento per le necessarie verifiche INPS e INAIL. Ogni variazione dovrà pure essere comunicata tempestivamente.

ART. 8

ONERI A CARICO

Ogni e qualsiasi onere diretto e indiretto inerente all'acquisto di generi alimentari, alla preparazione e distribuzione dei pasti e del relativo personale, compresi gli oneri previdenziali, assistenziali e assicurativi di detto personale, sono a carico della Ditta appaltatrice.

La Ditta risponderà direttamente ed indirettamente di ogni danno che per fatto proprio o dei suoi dipendenti porterà al Comune ed a terzi, oltre, ovviamente, ai destinatari del servizio.

Per i rischi di responsabilità civile verso terzi, derivanti dall'espletamento del servizio, la Ditta appaltatrice dovrà essere coperta da una assicurazione stipulata con una primaria compagnia di assicurazione, giudicata idonea dal Comune.

ART. 9

CORRISPETTIVO, MODALITÀ DI PAGAMENTO E TRACCIABILITÀ DEI FLUSSI FINANZIARI

Alla ditta aggiudicataria verrà corrisposto un compenso pari all'importo unitario del singolo pasto come risultante dall'offerta in sede di gara (oltre l'IVA ai sensi di legge), moltiplicato per il numero dei pasti effettivamente erogati nel rispetto delle modalità e condizioni stabilite nel presente capitolato ed al netto di eventuali penalità.

Con l'erogazione del corrispettivo di cui al comma precedente, l'appaltatore si intende compensato di qualsiasi suo avere o pretendere dal Comune per il servizio medesimo senza alcun diritto a nuovi o maggiori compensi.

Il pagamento del corrispettivo avverrà mediante rate mensili posticipate entro trenta (30) giorni dalla presentazione di regolare fattura.

Nel caso in cui, per motivi di cassa, l'Ente non può rispettare il termine di 30 giorni, la Ditta aggiudicataria deve garantire ugualmente il servizio.

La liquidazione dei corrispettivi dovuti rimane subordinata alla verifica e all'accertamento del regolare svolgimento del servizio con riferimento al rispetto delle norme ed obblighi previsti nel presente capitolato e nel contratto d'appalto che disciplinerà i rapporti fra il Comune e la ditta appaltatrice.

La liquidazione è altresì subordinata all'acquisizione del documento unico di regolarità contributiva (DURC) il quale certifica l'avvenuto adempimento degli obblighi relativi ai versamenti contributivi, previdenziali ed assicurativi, fermo restando la facoltà del Comune di effettuare direttamente gli accertamenti ritenuti necessari.

Qualora l'Appaltatore risulti inadempiente all'obbligo di versamento dei contributi previdenziali e assistenziali o di pagamento delle retribuzioni in favore del personale addetto al servizio appaltato, compresi i soci lavoratori, se trattasi di società cooperativa, oppure ancora alle disposizioni degli Istituti previdenziali per contributi e premi obbligatori, il Committente procederà alla sospensione del pagamento del corrispettivo ed assegnerà all'Appaltatore il termine massimo di 20 (venti) giorni

entro il quale dovrà procedere alla regolarizzazione della sua posizione. Il pagamento del corrispettivo sarà effettuato ad avvenuta regolarizzazione comprovata da idonea documentazione.

Nell'ipotesi di incompletezza della documentazione richiesta ai fini della liquidazione del compenso, il termine di trenta giorni decorrerà dalla data di regolarizzazione.

La ditta aggiudicataria, ai sensi dell'art. 3 comma 7 della Legge 13 Agosto 2010, n. 136, si obbliga a comunicare al Comune gli estremi del suo conto corrente dedicato entro 7 gg. dall'accensione, nonché nello stesso termine le generalità ed il codice fiscale delle persone delegate ad operare per conto della ditta.

La ditta aggiudicataria, è tenuta ad assolvere tutti gli obblighi previsti dall'art. 3 comma 7 della Legge 13 Agosto 2010, n. 136 al fine di assicurare la tracciabilità dei movimenti finanziari relativi all'appalto. L'amministrazione verifica, in occasione di ogni pagamento all'appaltatore e con interventi di controllo ulteriori, l'assolvimento, da parte dello stesso, degli obblighi relativi alla tracciabilità dei flussi finanziari.

ART. 10

AVVIO DEL SERVIZIO E DIVIETO DI SUBAPPALTO

La data di inizio effettivo del servizio sarà comunicata con preavviso di cinque giorni.

È fatto assoluto divieto, a pena della risoluzione immediata del contratto e della rivalsa dei conseguenti danni, subappaltare, in tutto o in parte, il servizio di preparazione e confezionamento dei pasti o qualunque altra forma che impedisca la possibilità del controllo sanitario in ogni fase della lavorazione.

ART. 11

SANZIONI

Qualora la ditta aggiudicataria contravvenga in tutto o in parte alla più scrupolosa ed esatta osservanza delle condizioni di cui al presente capitolato o degli obblighi contrattuali sarà passibile, salvo rifusione dei maggiori danni, dell'applicazione di successive penalità erogate secondo la loro gravità, previa contestazione, da parte del responsabile del procedimento, di inadempienza notificata alla Ditta tramite PEC all'indirizzo di posta elettronica della Ditta, con assegnazione di un termine di 3 giorni per eventuali discolpe.

E' responsabilità della Ditta il costante controllo della casella di PEC segnalata alla stazione appaltante. La data e l'orario di spedizione tramite PEC della notifica e di tutte le altre comunicazioni sarà valida come data e orario di ricezione.

Per ogni inadempienza verificatasi saranno applicate dal Responsabile del procedimento, con atto motivato, le seguenti sanzioni:

- euro 200,00 per ritardi nella consegna dei pasti oltre i 30 minuti;
- euro 200,00 per forniture di pasti a temperature inferiori a quanto previsto dal presente capitolato;
- euro 200,00 per forniture di pasti non conformi al menù (a meno che sia stata concordata dalla Ditta con la stazione appaltante per motivi di forza maggiore);
- euro 200,00 per forniture non corrispondenti alle grammature;
- euro 300,00 nel caso di forniture con cariche microbiche oltre i limiti di legge.
- euro 350,00 per ogni altra inosservanza delle previsioni del presente capitolato, quando non sia causa immediata di risoluzione del contratto;
- euro 400,00 nel caso di interruzione, improvvisa e non imputabile a forza maggiore, del servizio da parte della ditta, per ogni giorno di interruzione.

Entro 5 giorni dalla comunicazione alla ditta dell'applicazione della sanzione, l'appaltatore potrà presentare delle controdeduzioni scritte a difesa presso l'Ufficio Protocollo del Comune di Samo che il Responsabile del Procedimento avrà l'obbligo di valutare al fine dell'adozione di un provvedimento espresso adeguatamente motivato su un'eventuale revoca della sanzione o conferma della stessa.

Dopo l'applicazione di tre penalità nel corso dello stesso anno scolastico, il Responsabile del

procedimento provvederà a rescindere unilateralmente il contratto e provvederà a disporre la eventuale gestione del servizio in danno alla ditta stessa.

ART. 12

DECADENZA DALL'APPALTO E RISOLUZIONE DEL CONTRATTO

Fermo restando quanto detto all'art. 12, senza pregiudizio di ogni altro maggiore diritto che possa competere al Comune si avrà decadenza dall'appalto con risoluzione immediata per colpa dell'appaltatore, senza che nulla questo possa eccepire o pretendere per una delle seguenti cause:

1. violazione del divieto di subappalto o cessione d'azienda;
2. gravi irregolarità o deficienze riscontrate nello svolgimento dei servizi d'appalto, che abbiano recato danno o che possano recare danno al Comune qualora non siano eliminati nei modi prefissati dal Responsabile del procedimento;
3. violazione dell'obbligo di man levare o tenere indenne l'Amministrazione comunale da qualsiasi azione, pretesa o richiesta;
4. impedimenti di qualsiasi tipo dell'esercizio del potere di controllo da parte della stazione appaltante o degli organismi di controllo a ciò preposti;
5. interruzione del servizio, ingiustificata e non imputabile a forza maggiore del servizio, dopo 10 giorni di interruzione;
6. revoca, annullamento o mancato rinnovo delle autorizzazioni di legge prescritte per l'espletamento del servizio.

Non spetterà all'appaltatore, in caso di decadenza dell'appalto, alcun indennizzo per nessun titolo, neppure sotto il profilo rimborso spese.

Nei casi previsti al presente articolo ed al precedente art. 11, il Responsabile del procedimento potrà procedere alla risoluzione del contratto prima della scadenza procedendo nei confronti della Ditta appaltatrice alla determinazione dei danni eventualmente sofferti e rivalendosi con l'incameramento della cauzione e, ove non bastasse, agendo per il risarcimento dei danni subiti.

ART. 13

CONTROVERSIE

Eventuali controversie insorte dopo la stipula del contratto tra il Comune di Samo e il concessionario rientrano nella competenza del foro di Locri.

L'insorgere di controversie tra le parti non legittima l'appaltatore a sospendere il normale svolgimento del servizio.

ART. 14

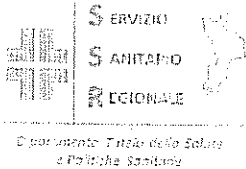
FORMA DEL CONTRATTO

E' prevista la stipula del contratto mediante scambio di lettere ai sensi dell'art. 32 comma 14 del D. Lgs. 50/2016. La sottoscrizione del presente capitolato integra accettazione delle condizioni negoziali in esso previste.

Si allegano al presente capitolato quale parte integrante e sostanziale di esso, da firmare in ogni pagina per accettazione, le tabelle dietetiche rilasciate dal SIAN di Siderno -Asp di Reggio Calabria

Il Responsabile del Servizio Amministrativo
Rag. Mariantonio Strati

Prot. 4886 29/11/17



Prot. n° 1996 /SIAN

del 24-11-2017

Al Sig. Sindaco del Comune di
SAMO (RC)

OGGETTO: Invia tabelle dietetiche per le scuole dell'obbligo – A.S. 2017-2018.

In riferimento alla Vs. richiesta (posta certificata), si trasmettono, in allegato, le tabelle dietetiche per la mensa delle scuole dell'infanzia per l'anno scolastico 2017-2018.

Si comunica, altresì, che per variare il pasto previsto per il giorno di refezione, è possibile utilizzare il menù di un altro giorno della tabella dietetica.

Questo Servizio rimane disponibile per ulteriori eventuali chiarimenti in merito.

Distinti saluti.



Il Responsabile SIAN I OCRI
Dott. Riccardo Riherto

MENU MENSILE SCUOLE: MATERNA - ELEMENTARE - MEDIA

Anno Scolastico 2017 - 2018

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VEDEDI	SABATO
1 ^a	Pasta e fagioli trassati Biscottini al latte di torino Carote a Julienne Pane Frutta fresca di stag.	Pasta al pomodoro Mozzarella e prosciutto cotto Pane Yogurt alla frutta	Tortellini in brodo vegetale Purè di patate Insalata mista Pane Frutta fresca di stag.	Pasta e tonno (Cotture di vitello e torino) Carote a Julienne Pane Banana	Pasticcio con tonno Biscottini di merluzzo Insalata di pomodoro Pane Frutta fresca di stag.	Pasta al pomodoro Pollo al forno Insalata mista Pane Frutta fresca di stag.
2 ^a	Pasta con ragù alla bolognese Mozzarella e pomod. Pane Frutta fresca di stag.	Pasta e patate Frittata (al forno) di cipolle, carciofi, ecc.) Pane Yogurt alla frutta	Minestra di legumi Biscottini di merluzzo Carote a Julienne Pane Banana	Pasta al pomodoro Polpette di carne Insalata verde Pane Frutta fresca di stag.	Pastato di verdure Piza Margherita pane Banana	Riso e zucchini Lanza di maiale con patate Pane Frutta fresca di stag.
3 ^a	Minestrone di verdure con riso o pasta Scaloppina di vitello Purè di patate Pane Frutta fresca di stag.	Pasta al pomodoro Ricci di merluzzo in umido Spinaci gratinati Pane Frutta fresca di stag.	Pasta e piselli Biscottini di pollo al forno Insalata mista Pane Yogurt alla frutta	Tortellini in brodo vegetale Lanza di maiale con patate Pane Frutta fresca di stag.	Minestra di verdure con riso o pasta Torno all'olio di oliva Purè di patate Pane Frutta fresca di stag.	Pasta e tonnelle Hamburger di vitello Insalata verde Pane Banana
4 ^a	Pasta al pomodoro Polpette di carne Insalata verde Pane Frutta fresca di stag.	Pasta con tonno Mozzarella e prosciutto cotto Insalata mista Pane Banana	Pastato di verdure con riso o pasta Biscottini di carne panni Carote a Julienne Pane Yogurt alla frutta	Pasta al pomodoro Biscottini di pollo panni Carote a Julienne Pane Frutta fresca di stag.	Pasta e fagioli Biscottini di merluzzo Fagiolini lessi Pane Banana	Pasta con sugo alla bolognese Mozzarella Insalata mista Pane Frutta fresca di stag.





DIPARTIMENTO PREVENZIONE
Direttore: Dott. Guido Sansotta
SIAN LOCRI
Responsabile: Dott. Riccardo Ritorto

CARATTERISTICHE DEGLI ALIMENTI

La ditta aggiudicataria dovrà dimostrare, prima dell'inizio della fornitura, di essere dotata di Sistema di Autocontrollo della filiera produttiva di cui al D. Lgs. 155/1997 e s.m.i., sia a livello di produzione che di trasporto.

Dovrà, altresì, aver provveduto alle prescrizioni previste in ordine alle modalità di trasporto e refrigerazione delle denate alimentari deperibili e non (DPR 327/80). Al fine di verificare l'idoneità strutturale e produttiva della ditta fornitrice sarà richiesta copia dell'Autorizzazione Sanitaria (Legge 283/62 e DPR 327/80) o registrazione SCIA (Reg. CE 852/2004), idonea documentazione attestante la conformità alle vigenti norme nel settore produttivo specifico. I prodotti dovranno essere trasportati in contenitori puliti, di materiale lavabile, con adeguata e igienica copertura. Gli imballaggi dovranno essere conformi alle prescrizioni di legge vigenti in materia, capaci di garantire i requisiti igienico-sanitari. Le sostanze usate per la costituzione dell'imballaggio dovranno essere conformi alle normative in materia di igiene dell'alimentazione e in particolare alla Legge n° 441 del 5/8/1981 e n° 211 del 5/6/1984 e relativi decreti attuativi. I mezzi di trasporto dovranno essere idonei e adibiti esclusivamente al trasporto di alimenti e comunque conformi al quanto previsto dal Reg. CE 852/2004.

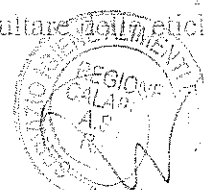
" **BURRO:** Deve essere prodotto da stabilimenti autorizzati ai sensi del DPR 54/97 e deve corrispondere ai requisiti prescritti dalla L. 1526/56, dal Reg. CEE 2991/94 e dalla L.R. 577/97, dalla L. 13/05/1983 n.202 e successive modifiche (secondo cui la denominazione di "burro" è riservata al prodotto ottenuto esclusivamente dalla crema di latte). L'acquisto riguarderà un prodotto di prima qualità proveniente dalla centrifugazione di panna fresca, che deve presentarsi compatto e di colore paglierino naturale ed essere caratterizzato da un buon sapore ed odore gradevole. Ad adeguati controlli dovranno risultare assenti sostanze estranee, grassi aggiunti di qualunque natura e la corretta percentuale di grassi, mai inferiore all'80%. Le confezioni di burro devono essere in carta politenata, originali e sigillate.

" **CARNI:** devono essere esclusivamente di origine italiana (animale nato, allevato, macellato e sezionato in Italia); devono provenire da animali macellati e sezionati in stabilimenti autorizzati CEE ai sensi del DPR 495/97 e possedere i requisiti igienico sanitari previsti da detta norma. Le carni dovranno presentare bollatura sanitaria in conformità all'allegato L, capitolo XII del DPR 495/97. Se provenienti dagli stabilimenti di produzione dovranno essere accompagnate da documento di accompagnamento commerciale con riproduzione del bollo sanitario riportante il numero d'identificazione dello stabilimento di produzione riconosciuto CEE. Se provenienti da depositi di carni confezionate, autorizzati ai sensi della L. 283/62, documento commerciale con indicazione degli estremi autorizzativi del deposito. Il confezionamento ed l'imballaggio devono garantire una protezione efficace delle carni durante il trasporto.



utilizzati per il confezionamento e l'imballaggio devono essere conformi alla normativa vigente in materia.

- **FARINA DI GRANO TENERO TIPO "0" E "00":** La farina è quella ricavata dalla macinazione del frumento tenero con le caratteristiche previste dalle vigenti normative di legge, in particolare dovrà corrispondere a quanto previsto dalla Legge n° 580/67.
- **FORMAGGI:** Dovranno essere prodotti con tecnologie adeguate, partendo da materie prime conformi alle norme previste dal R.D.L. n. 2033 del 1925 e successive modifiche. Sull'involucro dovrà risultare l'indicazione della denominazione di origine o tipica seguendo il DPR 22/9/1981 n.9. Dovranno presentarsi in perfetto stato di conservazione, non presentare alterazioni di nessun genere, essere di odore gradevole e di colorazione normale, cioè non gialla, rossa o nerastra, di sapore non amaro ed essere privi di rigonfiamenti o screpolature ed avere le facce della forma (per i formaggi stagionati) non eccessivamente dure. Dovranno essere fatti con latte fresco e in nessun caso con latte in polvere e non contenere nessun tipo di conservante o additivo in genere, neanche di quelli considerati innocui. I formaggi con denominazione di origine (D) e tipici (T) devono essere conformi al DPR n. 1269 del 30/10/1955. La confezione richiesta, conforme alla legge n. 283 del 30/4/1962, al DPR n. 327/80, al DPR n. 777 del 23/8/1982 e al DPR n. 322 del 18/5/1982. Il Parmigiano Reggiano e il Grana Padano, a denominazione di origine DPR 1269 del 30.10.1955, devono avere una stagionatura di almeno 18 mesi, idonei ad essere grattugiati; devono riportare sulla crosta impresso a fuoco il marchio Parmigiano Reggiano o Grana Padano. Il trasporto dovrà avvenire con mezzi idonei. I formaggi freschi saranno prodotti da solo latte fresco: dovranno essere maturi e riportare le dichiarazioni relative al tempo di stagionatura. Dovranno avere il proprio aspetto caratteristico. Non dovranno presentare alcun difetto né di aspetto né di sapore dovuti a fermentazioni anormali o ad altre cause. I formaggi con denominazione di origine (D) e tipici (T) se commercializzati in parti preconfezionate e/o sugli involucri che contengono devono riportare l'indicazione della denominazione di origine o tipica, seguendo il DPR 22/9/81 n. 9.
- **FRUTTA:** La frutta fresca da fornire quotidianamente deve provenire da produzione biologica, non presentare residui chimici e deve avere caratteristiche organolettiche ottime e di aspetto buono. La qualità della frutta è quella che l'art. 2 del D.M. 7 agosto 1959 e la legge 268 del 13.5.1967 classificano di "prima". La frutta deve essere conforme al D.M. 7 agosto 1959 e Legge 268 del 13.5.1967. I vari tipi di frutta, da somministrare devono essere di selezione accurata ed esenti da difetti ed in particolare devono:
 - 1) presentare le caratteristiche organolettiche delle specie e delle coltivazioni richieste;
 - 2) essere omogenei ed uniformi, e le partite, in relazione alle rispettive ordinazioni, composte da prodotti appartenenti alla stessa specie botanica ed alla medesima coltivazione e zona di produzione.
 - 3) essere turgidi, non bagnati artificialmente, né trasudanti acqua di conservazione in seguito ad improvviso sbalzo dovuto a permanenza del prodotto in cella frigorifera.
- **GNOCCHI DI PATATE:** Gli gnocchi devono essere privi di corpi estranei e/o impurità. Le materie prime impiegate nella produzione devono avere tutti i requisiti e le caratteristiche previste dalle vigenti leggi in materia. Gli gnocchi, dopo la cottura devono presentarsi di consistenza solida, ma non gommosa, con assenza di retrogusti acidi o amari. Su ogni confezione deve essere indicata il laboratorio e la data di produzione.
- **LEGUMI SECCHI:** Si richiederanno prodotti di diverse tipologie, tali prodotti dovranno essere in confezioni sigillate, mondati, uniformemente seccati, privi di muffe, privi di insetti o di altri corpi estranei.
- **MINISTRONE SURGELATO E VERDURE VARIE SURGELATE:** Il prodotto deve essere trattato ai sensi del D. Lgs. 27.1.1992 n. 110 come deve risultare dalle etichette che ogni

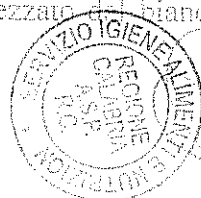


confezione dovrà avere, in stabilimenti autorizzati dall'autorità sanitaria competente ai sensi dell'art. 2 della legge 30.4.1962 n. 283 ed al relativo regolamento di attuazione DPR 327/80. Le materie destinate alla produzione di verdure surgelate dovranno rispondere ai requisiti previsti dalle leggi speciali e generali vigenti in materia di alimenti ed essere fresche, sane e in buone condizioni igieniche, atte a subire la surgelazione e tali che il prodotto finito risponda alle condizioni prescritte dalle norme di legge. Esse dovranno essere in stato di naturale freschezza e non aver subito processi di congelamento che non siano strettamente richiesti dalle operazioni di surgelazione. Le operazioni ed i trattamenti preliminari necessari alla surgelazione dovranno essere effettuati nel medesimo stabilimento di produzione con la massima cura, nel più breve tempo possibile ed in condizioni igieniche ottimali. Tutti i prodotti dovranno essere accuratamente puliti, mondati e tagliati non si dovranno rilevare fisiopatie (quali scottature da freddo o altri difetti dovuti al trattamento subito), attacchi fungini, o attacchi di insetti né malformazioni non vi dovranno essere corpi estranei di alcun genere né insetti integri o altri parassiti dovranno apparire non impaccati, ossia i pezzi dovranno essere separati, senza ghiaccio sulla superficie l'odore e il sapore dovranno essere rilevabili e propri del prodotto di origine la consistenza non dovrà essere legnosa né apparire spappolata. Il trasporto deve avvenire secondo il D.M. 493/9.

- **OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE:** Il prodotto acquistato deve rispondere rigorosamente ai requisiti che ne fanno un alimento di prima qualità e corrispondere a quanto disposto dalla legge n.1407 del 13.11.1960, il prodotto deve corrispondere a quello classificato ai sensi della vigente legislazione in materia, con particolare riferimento al regolamento CEE n. 2568/91 della Commissione in data 11.7.1991 e successive modifiche, avente denominazione di "olio extra vergine di oliva". L'olio dovrà essere extra vergine di oliva, ottenuto meccanicamente dalle olive, non manipolato chimicamente, ma soltanto lavato e filtrato e dovrà contenere al massimo l'1 % in peso di acidità espressa come acido oleico senza tolleranza alcuna. L'olio non dovrà avere più di dodici mesi e non presentare odori sgradevoli, di marcio o di muffa, o sapore amaro, rancido o di morchia. Sui recipienti dovranno risultare con caratteri indelebili la denominazione del prodotto, il peso e la ditta confezionatrice.
- **OLIO DI SEMI DI ARACHIDI:** Ai sensi di legge, il grado di acidità libera espresso in acido oleico dovrà essere non superiore a 0,5%. Il confezionamento dovrà essere in contenitori metallici o in bottiglia i contenitori metallici non dovranno presentare corrosioni, ammaccature, sudiciume. La banda stagnata e l'etichettatura dovranno seguire le indicazioni espresse dal D.L. 109/92.
- **PANE:** Il pane dovrà essere preparato con farina di grano tenero del tipo "0", acqua, sale e lievito naturale (non più dell'1%); il glutine deve essere presente nella farina con una percentuale intorno al 13% ed assolutamente privo di additivi secondo quanto riportato dalla legge 580/67 e dal D.M. 5.2.1970. Il pane è preteso ben cotto, dovrà essere di prima cottura e quindi con esclusione di pane rimesso in forno; tale prodotto dovrà essere consegnato non oltre le 6 ore dalla cottura e completamente raffreddato al momento della consegna. Le modalità di produzione, confezionamento, di immagazzinamento e di distribuzione devono essere tali da garantire l'assoluta igienicità del prodotto. In particolare, il pane deve essere trasportato esclusivamente in contenitori chiusi e con mezzi adibiti solo al trasporto di prodotti da forno e pasta fresca.
- **PASTA DI SEMOLA DI GRANO DURO:** Secondo la legge 580/67 la pasta alimentare deve essere "pasta di semola di grano duro" cioè quella ottenuta da trafilazione, laminazione e conseguente essiccamento dell'impasto preparato esclusivamente con semola di grano duro ed acqua. La pasta deve essere conforme alle norme stabilite dalle leggi e dal D.M. 27.9.1967 e 16.5.1969 e possedere cioè le seguenti caratteristiche per 100 parti di sostanza secca: umidità max. 12,50%; ceneri: contenuto minimo 0,70%, ceneri: contenuto max. 0,90%; cellulosa: contenuto minimo 0,20%, cellulosa: contenuto max. 0,45%, sostanze amilacee: contenuto minimo 10,50%; acidità massima espressa in gradi 4. Inoltre la pasta deve possedere un aspetto uniforme



- ed asciutto, buona resistenza alla pressione, buona resistenza alla cottura (la pasta di formato piccolo deve resistere alla cottura non meno di 15 minuti, quella di formato grosso non meno di 20 minuti) e dopo la quale presentarsi "al dente" con aspetto appena lattiginoso dell'acqua di cottura e minimo deposito di fondo. Dovrà avere inoltre buon sapore e odore e assoluta assenza di coloranti, semolati e starinati che non siano di grano duro tipo "0" o di produzione straniera.
- " **PASTA SPECIALE CON RIPIENO:** Deve avere tutte le caratteristiche ed i requisiti richiesti dalla legge in materia ed essere composta esclusivamente da semola di grano duro ed uova fresche e dopo la cottura deve presentarsi soda ed elastica: il ripieno deve essere compatto, ma non gommoso, saporito aromaticamente equilibrato e con assenza di retrogusti.
 - " **PESCE SURGELATO:** Il prodotto da fornire deve essere esclusivamente costituito da filetti di platessa, da filetti di merluzzo o cuori di merluzzo e da prodotti pre-cucinati di origine animale del tipo "bastoncini di pesce". Il prodotto deve provenire da uno stabilimento di produzione e confezionamento autorizzato ai sensi del D. Lgs. 531/1992 o se extracomunitario a questo equiparato e possedere i requisiti igienico-sanitari di detta norma. Il prodotto di provenienza nazionale od estera, deve essere accuratamente toelettato, esente da corpi estranei, organi interni, grumi di sangue, membrane scure e porzioni di pelle, privo di spine e cartilagine; non deve presentare colorazione anomala rispetto al colore tipico della specie. Il prodotto deve essere esente di disidratazione esterne, non presentare bruciature da freddo e avere carni sode non lattiginose, spugnose o gessose; deve essere esente da sapori e odori indesiderabili prima e dopo la cottura e in particolare non deve essere apprezzabile odore ammoniacale e di rancido. Il prodotto non deve aver subito fenomeni di scongelamento. I prodotti richiesti devono corrispondere alle norme di legge che regolano i prodotti surgelati (D. Lgs. 110/92). Il trasporto deve avvenire secondo il D.M. 493/95.
 - " **PISELLI IN SCATOLA:** Piselli verdi, dolci e teneri, privi di residui di antiparassitari contenuti in scatole per alimenti. Il contenuto di ogni scatola deve corrispondere a quanto dichiarato in etichetta; vegetale immerso nel liquido di governo deve essere il più possibile intatto, non spaccato né spappolato per effetto di un eccessivo trattamento termico. La banda stagnata deve possedere i requisiti previsti dalla legge.
 - " **POLPA DI POMODORO:** Prodotto ottenuto da pelati del frutto fresco sano, maturo e ben lavato e deve presentare i seguenti requisiti: colore rosso, sapore ed odore caratteristico del pomodoro sano e maturo privo di additivi (legge n. 96 del 10.03.69); privi di larve, di parassiti e di alterazioni di natura parassitaria, privi di sapore ed odori sgradevoli, privi di marciumi interni.
 - " **POMODORI:** Devono essere sani, puliti, privi di umidità esterna, privi di odori e sapori estranei, esenti da residui di fertilizzanti o antiparassitari. Devono avere la polpa resistente, senza ammaccature e screpolature. Il grado di maturazione dei pomodori deve essere omogeneo e tale che li renda adatti al consumo nello spazio di due o tre giorni.
 - " **PROSCIUTTO COTTO:** Il prosciutto cotto non dovrà presentare alcun odore sgradevole né patine; il grasso di copertura dovrà essere compatto, senza parti ingiallite o sapore e odore di rancido, non dovrà essere presente in eccesso. La quantità di grasso interstiziale dovrà essere preferibilmente bassa. Il rapporto acqua/proteine della frazione magra dovrà essere più simile a quello delle carni crude (70/20). La fetta dovrà essere compatta di colore roseo senza eccessive parti connettivali e grasso interstiziale. Non dovranno essere presenti alterazioni di sapore, odore o colore né iridescenze, picchiettature, alveolature o altri difetti. Riguardo agli eventuali additivi aggiunti dovranno essere dichiarati e presenti nelle quantità previste dalle leggi vigenti.
 - " **PROSCIUTTO CRUDO:** Prosciutto a denominazione d'origine controllata da apposito Consorzio. Il prosciutto dovrà essere ottenuto da coscia fresca di suino nazionale, nella zona tipica di produzione. Caratteristiche merceologiche ai sensi della L. n° 26 del 13 febbraio 1990:
 - 1) colore al taglio uniforme, tra il rosa e il rosso, inframmezzato dal bianco puro delle parti grasse;



- 2) carne di sapore delicato e dolce, poco salata e con aroma fragrante e caratteristico
 - 3) la stagionatura non deve essere inferiore ai 16 mesi;
 - 4) assenza di difetti quali: granuli biancastri da blastomicosi, chiazze bianche da granuli di tirosina, putrefazione e conseguenti odori derivanti dalla decomposizione proteica.
 - 5) Etichettatura (ai sensi del D. Lgs. 109/1992).
- **PURE' DI PATATE:** La farina o i fiocchi devono provenire da patate di prima scelta, esenti da attacchi fungini e di insetti e privi di corpi estranei. La confezione deve essere adeguata e ben protetta dall'umidità.
 - **RISO:** Il riso da somministrare deve essere riso della varietà classificata nel gruppo "FINO" a norma della legge 18.03.1958, n. 325 e successiva modifica (Legge 5 Giugno 1962 n. 586). Il riso deve possedere tutti i requisiti qualitativi e commerciali previsti dalle vigenti norme di legge. Deve essere dell'ultimo raccolto, ben maturo, di fresca lavorazione, sano, ben secco, immune da parassiti e con umidità non superiore al 14-15%; che non abbia odori di muffa, né altri odori estranei; che non contenga, oltre ai limiti consentiti dalla legge, grani striati di rosso, grani rotti ed ombriati, corpi estranei ed impurità varie; che non si deformi con una cottura di non meno di 15-20 minuti.
 - **TONNO:** Il prodotto da fornire dovrà essere ottenuto dalla lavorazione del tessuto muscolare del tonno, da esemplari in perfette condizioni di freschezza al momento della lavorazione, inscatolato in pezzi regolari di grandezza proporzionata alla grandezza della scatola, conservato in olio di oliva di ottima qualità. Dalla richiesta sono quindi esclusi i prodotti ottenuti dalla lavorazione dei prodotti di scarto del tonno, nonché, quelli ottenuti dalle parti grasse ventrali, denominati commercialmente "ventresca". All'atto dell'apertura della scatola il tonno dovrà risultare totalmente immerso nell'olio d'oliva, non dovrà emanare odore sgradevole, dovrà essere consistente, con fibre non stoppose, di sapore gradevole e di colore rosa naturale. Il tonno tolto dalla scatola e privato dall'olio dovrà conservare, anche dopo un'ora, il suo normale colore. Il prodotto dovrà essere contenuto in scatole conformi alle leggi vigenti in materia, inoltre, ai sensi dell'art. 4 del D.P.R. 7 Luglio 1927 n° 1548 dovranno portare a rilievo o litografare in modo indelebile, le seguenti dichiarazioni specifiche: prodotto contenuto, qualità dell'olio impiegato per la conservazione, peso netto del contenuto, nome del produttore, luogo e data di produzione e scadenza. Saranno rifiutate le scatole ammaccate o deformate.
 - **UOVA:** devono essere di categoria "A". Gli imballi devono essere muniti di etichettatura leggibile, recante il nome dell'azienda produttrice e confezionatrice, la data di imballaggio e di consumazione.
 - **AROMI, ODORI E SPEZIE:** naturali.
 - **I CONTENITORI PER ALIMENTI:** Prodotti atossici garantiti per il contatto con gli alimenti, conformi al D.M. del 21.03.1973 e successive modificazioni.

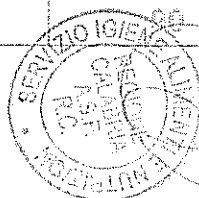
Per tutte le derrate non contemplate nelle presenti tabelle merceologiche si farà riferimento alle normative vigenti in materia, nonché alle direttive CE e per quanto riguarda l'etichettatura dovranno essere conformi al Reg. UE n°1169/2011, ponendo particolare attenzione a quanto disposto dall'art. 9 circa l'elenco delle indicazioni obbligatorie, in modo particolare alla presenza di sostanze o prodotti allergizzanti.

Il Dirigente Medico Responsabile
Dott. Riccardo Riccio



QUANTITA' PRO CAPITE IN GRAMMI

ALIMENTI	Scuola Materna	Scuola Elementare	Scuola Media
PASTA	60	70	80
" mista a verdure	50	50	70
" mista a legumi secchi	40	50	50
" mista a legumi freschi	50	60	70
RISO	60	80	90
" misto a verdure	40	50	50
PANE	50	70	70
PASTA ALLA BOLOGNESE Ingr. Pasta gr.60 carne tritata di vitello gr.30 pomodoro gr.60 parmigiano, olio, sale q.b.	100	120	120
PASTA AL FORNO Pasta gr. 50 con carne tritata di vit. gr.25 " prosciutto cotto gr.15 " parm. regg. gr 5 " pomodoro gr 60	100	120	120
GNOCCHI DI PATATE	120	150	150
LENTICCHIE	50	70	70
" con riso o pasta	20	40	40
FAGIOLI SECCHI	50	70	70
" con riso o pasta	20	40	40
CARNE MAGRA	70	80	100
POLLO DISSOSSATO			
Petto	90	100	120
Coscia	80	90	100



TACCHINO DISSOSSATO Coscia	80	100	100
PROSCIUTTO COTTO	60	80	80
PROSCIUTTO CRUDO	70	90	90
FORMAGGIO FRESCO	60	80	80
MOZZARELLA	60	90	90
MOZZARELLA + PROSC. COTTO	30+30	60+30	60+30
POLPETTE (n° 2-3) Ingr. Carne tritata g 60 Pane gratiato, Parmigiano, Uova q.b.	90	120	120
BASTONCINI DI PESCE (n°3-4)	75	100	100
FILETTO DI PESCE	90	100	100
TONNO ALL'OLIO DI OLIVA SGOCCIOLATO	56	56	56
PATATE AL FORNO	120	150	150
PURE' DI PATATE	80	100	120
PISELLI	80	100	100
VERDURE MISTE	100	150	150
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	150	180	180
BANANA	150	150	150
AROMI-ODORI-SPEZIE	q.b.	q.b.	q.b.

N.B. Il peso degli alimenti deve essere considerato al netto degli scarti e al crudo.

Il Responsabile GIAN LOCRÌ
Dott. Riccardo Ruffo



L'ALIMENTAZIONE DEL BAMBINO IN ETA' SCOLARE: INDICAZIONI PER UNA CORRETTA ALIMENTAZIONE

Negli ultimi 40-50 anni si è assistito, nei paesi industrializzati, ad un progressivo cambiamento delle abitudini alimentari, con variazioni quantitative e qualitative. In particolare si è ridotto di molto il consumo di fibre vegetale, cereali e legumi secchi, mentre è aumentato il consumo di latte, uova, formaggi e carne.

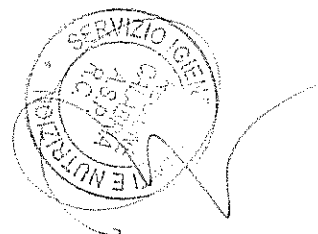
Gli squilibri e gli errori alimentari indotti dalla civiltà del benessere, insieme ad altri fattori, hanno portato ad una serie di patologie caratteristiche e tipiche dell'era moderna come aterosclerosi, malattia coronarica, obesità, diabete, ipertensione arteriosa, tumori e carie dentaria.

Le abitudini alimentari formati nell'infanzia hanno un effetto potenziale che dura tutta la vita sia sui livelli dei lipidi plasmatici che sul rischio di malattia cardiovascolare. Un'alimentazione corretta deve pertanto essere in grado di fornire un apporto di macro e micronutrienti tali da permettere un'adeguata crescita staturale ponderale ed un ottimale sviluppo psicomotorio.

E' quindi importante che venga rispettato il più possibile l'equilibrio tra i vari fattori nutrizionali, in considerazione anche del fatto che, come avvalorato ormai da numerosi studi, la dieta è uno dei principali fattori di rischio per diverse patologie.

I principi di una corretta alimentazione si basano primariamente sulla conoscenza dei fabbisogni dei principali nutrienti, che variano in funzione dell'età del bambino e di alcune condizioni fisiologiche o patologiche quali la velocità di crescita, l'attività fisica e così via.

La tabella è stata elaborata sulla base dei *livelli di Assunzione Raccomandati di Energia e Nutrienti per la Popolazione Italiana (LARN)* e delle *Lines Guida per una Sana Alimentazione dell'Istituto Nazionale della Nutrizione*: su tali indicazioni, si è calcolato per il pranzo un apporto calorico pari a circa il 40 % dello stipendio giornaliero, equivalente a 1620 calorie per la Scuola Materna e a 1940 per la scuola Elementare (valori di poco superiori alle necessità medie indicate dai LARN per maschi e femmine nelle relative classi di età e da considerare comunque, come puramente indicativi). Il resto del fabbisogno va ripartito tra gli altri 3 pasti (colazione, merenda, cena) con percentuali relative del 15 / 20 % per il primo pasto, del 10% per la merenda e del 35/30 per la cena.



La percentuale calorica è maggiore a pranzo che a cena in quanto alla sera l'attività residua della giornata e, di conseguenza, la richiesta energetica sono inferiori.

I fabbisogni dei principali nutrienti possono essere così sintetizzati:

Proteine: Le quote proteiche giornaliere corrispondono a circa il 10% delle calorie totali giornaliere e vanno intese per una dieta mista in proteine animali e vegetali. Una miscela di proteine animali e vegetali (ad es. cereali + legumi) fornisce tutti gli aminoacidi essenziali, diminuendo i rischi di una dieta a base di soli prodotti animali.

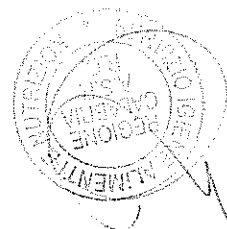
Lipidi: L'obiettivo da raggiungere in questa età è quello di fornire una quota di grassi che non ecceda il 30% delle calorie totali giornaliere. I grassi alimentari fungono da substrato per la sintesi di ormoni, prostaglandine e membrane biologiche e permettono l'assorbimento delle vitamine. Devono essere facilmente assimilabili, rapidamente mobilizzabili dai depositi, non ipercolesterolemizzanti. L'acido oleico è facilmente assimilabile e prontamente mobilizzabile dai depositi, rappresenta il migliore substrato per la termogenesi, ha effetto ipocolesterolemizzante e può essere utilizzato nella cottura ad alta temperatura dei cibi senza andare incontro a denaturazione. Esso è, in pratica, il principale grasso alimentare anche in questa età. L'olio di oliva è la fonte alimentare principale di acido oleico. Gli acidi linoleico e linolenico, polinsaturi essenziali hanno un notevole effetto ipocolesterolemizzante; si trovano in sufficiente quantità nell'olio di oliva. L'introduzione di pesce nella dieta almeno tre volte alla settimana garantisce un adeguato apporto per questa età anche degli acidi grassi polinsaturi. Gli acidi grassi saturi (contenuti in burro, strutto e altri grassi animali) vengono assimilati con maggiore difficoltà rispetto agli insaturi, sono ipercolesterolemizzanti e mobilizzabili lentamente dai depositi; pertanto, vanno consumati solo saltuariamente.

Glucidi: La quantità giornaliera raccomandata di glucidi a questa età è del 60% delle calorie totali. La quota maggiore deve essere costituita da glucidi complessi (pasta, riso, pane, ecc.). In questa età si sconsiglia una introduzione di zuccheri semplici raffinati superiore al 10% delle calorie totali giornaliere.

Fibre: Non esiste, al momento, una quantità standard di fibre da assumere giornalmente con la dieta; orientativamente, la quantità di fibre raccomandata per questa età può essere facilmente ricordata utilizzando la regola dell' "età +5". Aggiungendo 5 all'età del bambino si ha infatti il quantitativo in grammi consigliato.

Tale apporto è garantito:

- dall'uso di alimenti integrali durante la prima colazione (pane, cereali, ecc.)
- dal consumo almeno due volte al giorno di frutta
- dalla presenza a pranzo e a cena di una adeguata porzione di verdure sia cotte che crude
- dal consumo di legumi più volte la settimana



Per adolescenza si intende il periodo della vita compreso tra l'inizio della pubertà e l'inizio dell'età adulta; si può considerare arbitrariamente il 18° anno di età come termine del periodo adolescenziale.

L'alimentazione in questo periodo non deve differire qualitativamente da quella descritta per l'età scolare.

Una delle caratteristiche della età adolescenziale è la disponibilità da parte del ragazzo di una certa quantità di denaro; questo gli permette di fare molte più scelte autonome, che in campo alimentare si traducono in "spuntini" che ad un prezzo contenuto, forniscono cibi gustosi, caldi, rapidi e pratici ma carenti ed inadeguati dal punto di vista nutrizionale sia per l'apporto calorico sia per la rapida assimilazione.

INDICAZIONI ALLA SCELTA DEGLI ALIMENTI

Le indicazioni alla scelta degli alimenti per l'età evolutiva sono condizionate da una parte dall'età del soggetto, dall'altra da diversi fattori legati all'alimento:

- organoletticità
- qualità
- grado di inquinamento
- contenuto dei diversi nutrienti

Il problema dell'organoletticità, cioè dell'appetibilità dei cibi che si propongono, non può essere sottovalutato, pena il rifiuto o, alla lunga, l'insuccesso della dieta proposta. È importante, perciò, riuscire a conciliare quelli che sono i gusti dei bambini con le necessità nutrizionali. Una risposta a questo problema può essere quella di ricorrere a diversi modi di cucinare i cibi e all'utilizzo di aromi e spezie (con attenzione all'età del soggetto), per renderli più appetibili.

Per quanto riguarda la qualità è opportuno ricordare che le proprietà nutrizionali di uno stesso alimento possono deteriorarsi in rapporto a determinate condizioni, quali la freschezza, le modalità di conservazione, e di preparazione, l'origine, ecc. Tipici esempi sono quelli delle uova, che perdono col passare del tempo le proprietà nutritive, dell'insalata, il cui contenuto in vitamina diminuisce col passare del tempo dalla raccolta e così per la frutta, i processi di surgelamento o di inscatolamento che riducono il contenuto in vitamine degli alimenti, la cottura in acqua che riduce il contenuto di vitamine e sali minerali delle verdure. Pertanto è consigliabile utilizzare alimenti di alta qualità e di preparazione controllata.

Per inquinamento dei cibi non si devono intendere le sole tossinfezioni alimentari, ma anche, e soprattutto, quello che è il problema emergente della nostra epoca: la contaminazione dei cibi con sostanze che possono avere conseguenze negative sulla salute degli individui: metalli, pesticidi, ecc. che si possono ritrovare nella frutta raccolta (contro le direttive di legge) a troppo breve distanza dall'ultima irrorazione e negli oli extra vergine di oliva non preparati secondo legge.

Infine, per soddisfare il contenuto dei diversi nutrienti e, considerando il fatto che in natura gli alimenti non sono quasi mai monocomponenti, è importante



conoscere la composizione di un gran numero di cibi per poterli miscelare opportunamente.

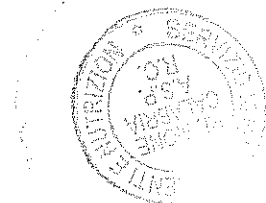
La presente tabella dietetica viene proposta come linea di indirizzo per garantire ai bambini in età prescolare e scolare un'alimentazione sana attraverso l'equilibrio dei principi nutritivi e la promozione di abitudini alimentari corrette. I piatti proposti per le due fasce di età considerata sono gli stessi, perché un bambino sano di scuola materna può mangiare di tutto. L'unica differenza è costituita dal *dosaggio* di alcuni ingredienti (come ad esempio il sale e gli aromi), che deve essere tale da acquisire al piatto un gusto meno deciso, per i bambini della Scuola Materna.

Per la scuola Media non è ritenuto opportuno stilare una tabella apposita, si deve far riferimento alle tabelle della scuola Elementare, maggiorando di circa il 14% le quantità indicate.

Infine si vuol sottolineare l'importanza della prima colazione, che deve fornire almeno il 15% delle calorie giornaliere. Col crescere dell'età la prima colazione viene consumata in modo frettoloso ed incompleto a scapito di alimenti tradizionali e di elevato valore nutrizionale, quali il latte, lo yogurt e il pane. Tutto ciò comporta un ulteriore squilibrio alimentare che si manifesta con un aumento delle percentuali relative di proteine animali, grassi saturi e zuccheri semplici ed anche delle calorie totali. Far accettare cambiamenti dietetici, in un periodo della vita così particolare da un punto di vista psicologico, può risultare molto difficile.



























Se questo primo apporto di energia dopo il digiuno notturno è scarso o manca del tutto, si ribercuoterà inevitabilmente sull'equilibrio nutrizionale della giornata, con una merenda di metà mattina troppo abbondante, scarso appetito a pranzo e un eccessivo consumo di fuoripasto, a discapito di altri alimenti più sani; ciò può favorire a lungo andare l'insorgenza di obesità, ipercolesterolemia, stipsi, ecc. Una colazione appropriata, oltre a poter agire sul controllo del peso ed aiutare a prevenire le patologie sopraccitate, ha anche dei benefici immediati, come l'aumento della concentrazione e del tono dell'umore.

Il Responsabile SIAN LOCRU
Dott. Riccardo Ritorto



ELENCO PER TIPOLOGIA di ALIMENTI PERMESSI E VIETATI AI SOGGETTI AFFETTI DA CELIACHIA

Cereali, Farine e derivati

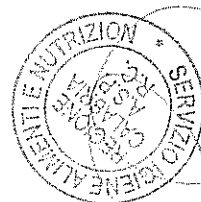
PERMESSI	VIETATI
 Riso in chicchi	 Frumento (grano)
 Mais (granoturco) in chicchi, cotto al vapore	 Farro
 Grano saraceno in chicchi	 Orzo
 Amaranto in chicchi	 Avena (tranne quella presente come ingrediente nei prodotti presenti nel Registro Nazionale del Min. Salute.)
 Manioca	 Segale, Spelta, Triticale
 Miglio in semi	 Grano khorasan (Kamut)
 Quinoa in semi	 Farine, amidi, semole, semolini, creme e fiocchi dei cereali vietati
 Sorgo in chicchi	 Primi piatti preparati con i cereali vietati (pasta, paste ripiene, gnocchi di patate, gnocchi alla romana, pizzoccheri, crepes)
 Tef in chicchi	 Pane e prodotti sostitutivi da forno, dolci e salati, preparati con i cereali vietati (pancarre, pan grattato, focaccia, pizza, piadine, panzerotti, grissini, crackers, fette biscottate, taralli, crostini, salatini, cracotte, biscotti, merendine, pasticcini, torte)
 Prodotti sostitutivi presenti nel Registro del Ministero della Salute	 Germe di grano
 Avena (unicamente come ingrediente dei prodotti presenti nel Registro Nazionale del Ministero della Salute)	 Farine e derivati etnici: couscous (da cereali vietati), cracked grano, frik, grels, greunkern, seitan, tabulé
	 Crusca dei cereali vietati
	 Malto dei cereali vietati
	 Prodotti per prima colazione a base di cereali vietati (soffiati, in fiocchi, muesli, porridge)
	 Polenta taragna

Carne, Pesce e Uova

PERMESSI	VIETATI
<p>☺ Tutti i tipi di carne, pesce, molluschi e crostacei tal quali (freschi o congelati) miscelati con altri ingredienti</p> <p>☺ Pesce conservato: al naturale, sott'olio, affumicato, privo di additivi, aromi e altre sostanze (a esclusione dei solfiti)</p> <p>☺ Uova</p> <p>☺ Uova (intera, tuorli o albumi) liquide pastorizzate prive di additivi, aromi e altre sostanze (non aromatizzate)</p> <p>☺ Prosciutto crudo</p> <p>☺ Lardo di Colonnata IGP e Lardo d'Arnadi DOP</p>	<p>☹ Carne o pesce impanati (cotoletta, bastoncini, frittura di pesce, ecc.) o infarinati o miscelati con pangrattato (hamburger, polpette, ecc) o cucinati in sughi e salse addensate con farine vietate.</p>

Latte, Latticini, Formaggi e sostitutivi vegetali

PERMESSI	VIETATI
<p>☺ Latte: fresco (pastorizzato), a lunga conservazione (UHT, sterilizzato) delattosato o ad alta digeribilità, non addizionato di aromi o altre sostanze (ad eccezione di vitamine e/o minerali)</p> <p>☺ Latte per la prima infanzia (0-12 mesi)</p> <p>☺ Latte fermentato, probiotici (contenenti unicamente latte/yogurt, zucchero e fermenti lattici)</p> <p>☺ Formaggi freschi e stagionati, anche se delattosati</p> <p>☺ Yogurt naturale (magro o intero) anche se delattosato</p> <p>☺ Yogurt bianco cremoso senza aggiunta di addensanti, aromi o altre sostanze (contenenti unicamente yogurt, zucchero e fermenti lattici)</p> <p>☺ Yogurt greco (contenente unicamente latte, crema di latte e fermenti lattici) non addizionato di aromi o altre sostanze</p> <p>☺ Panna: fresca (pastorizzata) e a lunga conservazione (UHT) anche se delattosata, non miscelata con altri ingredienti</p>	<p>☹ Piatti pronti a base di formaggio impanati con farine vietate</p> <p>☹ Yogurt al malto, ai cereali, ai biscotti</p> <p>☹ Latte ai cereali, ai biscotti</p> <p>☹ Bevande a base di avena</p>



Verdure e Legumi

PERMESSI	VIETATI
<p>☺ Tutti i tipi di verdura tal quale (fresca, essiccata, congelata, surgelata, liofilizzata)</p> <p>☺ Verdure, funghi conservati (in salamoia, sottaceto, sott'olio, sotto sale) se costituiti unicamente da: verdure e/o funghi, acqua, sale, olio, aceto, zucchero, anidride solforosa, acido ascorbico, acido citrico</p> <p>☺ Funghi freschi, secchi, surgelati tal quali</p> <p>☺ Tutti i legumi tal quali (freschi, surgelati, secchi e in scatoia) o costituiti unicamente da acqua, sale, zucchero, anidride solforosa, acido ascorbico, acido citrico, concentrato di pomodoro: carrube, ceci, cicarchia, fagioli, fave, lenticchie, lupini, piselli, soia</p> <p>☺ Tuberi (patata, patata dolce, patata messicana, manioca, topinambur ecc...)</p> <p>☺ Preparati per minestrone ((surgelati, freschi, secchi) costituiti unicamente da ortaggi (verdure, legumi, patate)</p>	<p>☹ Verdure (minestrone, zuppe, ecc.) con cereali vietati</p> <p>☹ Verdure impanate, infarinate, in pastella con ingredienti vietati</p>

Frutta

PERMESSI	VIETATI
<p>☺ Tutti i tipi di frutta tal quale (fresca e surgelata)</p> <p>☺ Tutti i tipi di frutta secca con e senza guscio (tostata, salata anche se addizionata di oli vegetali)</p> <p>☺ Frutta disidratata, essiccata non infarinata anche se addizionata di oli vegetali e anidride solforosa (datteri, fichi, prugne secche, uva sultanina, ecc.)</p> <p>☺ Frutta sciroppata</p> <p>☺ Frullati, mousses e passate di frutta costituiti unicamente da frutta, zucchero, acido ascorbico e acido citrico</p>	<p>☹ Frutta disidratata infarinata (fichi secchi, ecc.)</p>



Dolciumi

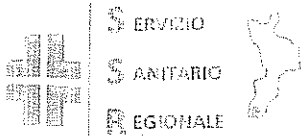
PERMESSI	VIETATI
<ul style="list-style-type: none"> ☺ Miele, zucchero (bianco, di canna, in granella) ☺ Radice di liquirizia grezza ☺ Maltodestrine e sciroppi di glucosio, incluso il dattosio anche di derivazione da cereali vietati ☺ Fruttosio puro ☺ Sciroppo di: agave, acero 	<ul style="list-style-type: none"> ☹ Cioccolato con cereali ☹ Torte, biscotti e dolci preparati con farine vietate e/o ingredienti non idonei

Bevande e preparati per bevande

PERMESSI	VIETATI
<ul style="list-style-type: none"> ☺ Mettari o succhi di frutta non addizionati di vitamine o altre sostanze (conservanti, aromi, coloranti, ecc.), a esclusione di: acido ascorbico, acido citrico e sciroppo di glucosio o di glucosio-fruttosio ☺ Bevande gassate/frizzanti (aranciata, cola, ecc.) non addizionate di edulcoranti 	<ul style="list-style-type: none"> ☹ Bevande all'avena

Il Responsabile **SIAN LOZZI**
Dott. Riccardo Russo





Disciplinamento Tutela della Salute
e Politiche Sanitarie

AZIENDA SANITARIA PROVINCIALE
REGGIO CALABRIA



REGIONE CALABRIA

DIPARTIMENTO PREVENZIONE

Direttore: Dott. Guido Sansotta

SIAN LOCRI

Responsabile: Dott. Riccardo Riferio

DEFICIT DI GLUCOSIO- 6 FOSFATO DEIDROGENASI (G-6 PD) : FAVISMO

Il Favismo è una forma di anemia emolitica costituzionale, che si rinviene con particolare frequenza nel bacino del mediterraneo, causata da un deficit genetico, legato al cromosoma X, di un enzima: il glucosio -6 fosfato deidrogenasi.

Si hanno crisi emolitiche in occasione di ingestione di fave, o inalazione dei loro pollini che contengono agenti ossidanti ed anche in seguito all'assunzione di sulfamidici, animalarici, acido acetilsalicilico, ecc.

Durante le crisi emolitiche, l'emoglobina viene denaturata e forma all'interno del globulo rosso inclusioni (corpi di Heinz) responsabili dell'emolisi.

Si manifesta con ittero, emoglobinuria, epato-spleno-megalia. E' possibile la morte durante una crisi acuta, ma, generalmente, l'emolisi cessa alla sospensione dell'agente ossidante.

La dieta, elaborata per gli alunni affetti da Favismo, richiede l'eliminazione di pasti contenenti fave e piselli i quali potrebbero scatenare la crisi emolitica.

