



TABELLA DIETETICA	
Pasta (o riso)	60g
Pasta o Riso con legumi secchi	60g+20g
Gnocchi	170g
Pizza	180g
Minestre con pasta	80g+30g
Carne: vitellone, vitella, pollo, tacchino	60g
Ragù di carne	40g
Pesce	80g
Uova	n.1
Prosciutto cotto	40g
Formaggio fresco	60g
Formaggio stagionato	40g
Verdura in foglie	80g
Patate / Carote	80g
Zucchine	80g
Piselli / Fagioli	80g
Fagiolini	80g
Insalata mista	50g
Pomodori	80g
Finocchi	80g
Frutta di stagione	150g
Yogurt	125g
Budini / creme caramel	125g
Pane	30g
Parmigiano grattugiato	5g
Olio extra vergine di oliva	10g

PROFILO NUTRIZIONALE	Quantità
Proteine	26g
Lipidi	19g
Glucidi	83g
KCal	590

Indicazioni per la definizione del capitolato d'appalto per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica

Nel campo della ristorazione collettiva la ristorazione scolastica rappresenta un settore con peculiarità di tipo preventivo, educativo e nutrizionale, di garanzie igienico sanitarie e di sicurezza alimentare riunite nell'ambito di un percorso di qualità totale.

Le **Linee guida per la Ristorazione Scolastica** emanate dal Ministero della Salute nel 2010 al cap.6 suggeriscono i criteri per la definizione dei capitolati d'appalto:

"La valutazione della qualità dell'offerta può concernere elementi caratterizzanti le priorità che si intendono perseguire; tra questi si suggeriscono le seguenti:

- *alimenti a filiera corta, cioè l'impiego di prodotti che abbiano viaggiato poco e abbiano subito pochi passaggi commerciali prima di arrivare alla cucina o alla tavola. Per favorire l'utilizzo di tali alimenti, possono essere attribuiti punteggi diversi per le diverse provenienze premiando i prodotti locali. L'impiego dei prodotti ortofrutticoli freschi secondo stagionalità deve essere in stretta relazione con la stesura di menù secondo criteri di coerenza;*
- *tempo di trasporto di alimenti e pasti, dando rilievo ad un trasporto in tempi quanto più possibile brevi. Può essere utile definire un requisito di massima, almeno per i pasti a legume caldo;*
- *alimenti DOP, IGP, STG (Specialità Tradizionali Garantite) e altre connotazioni locali;*
- *utilizzo di prodotti alimentari a ridotto impatto ambientale (alimenti provenienti da produzione biologica e da produzione integrata);*
- *prodotti del mercato equo e solidale per alimenti non reperibili nel mercato locale;*
- *utilizzo di prodotti non alimentari a ridotto impatto ambientale (stoviglie, piatti, tovaglioli...) privilegiando materiali riutilizzabili e utilizzo di detersivi ad alta biodegradabilità;*
- *forniture di attrezzature da cucina;*
- *insonorizzazione dei refettori;*
- *manutenzione ordinaria di arredi, attrezzature, locali;*
- *sostituzione di arredi e attrezzature;*
- *ristrutturazione di locali entro definiti limiti di tempo;*
- *formazione del personale a sostegno di particolari aspetti di progetti di promozione della salute;*
- *organizzazione del servizio con particolare riferimento ad aspetti specifici quali ad esempio preparazione e distribuzione delle diete speciali, porzionatura, ecc.;*
- *monitoraggio dei cibi prodotti in eccesso e non utilizzati;*
- *recupero, per scopi assistenziali, di generi alimentari non consumati;*
- *monitoraggio della soddisfazione dell'utenza."*



ASL
FROSINONE

STANDARD QUALITATIVI E CARATTERISTICHE MERCEOLOGICHE DEGLI ALIMENTI

Alimenti	Da proporre	Con moderazione	Da evitare
Pane fresco	comune, senza grassi aggiunti		prodotti salati da forno
Pasta o riso	pasta di semola, integrale	pasta fresca o surgelata, secca all'uovo	pasta con ripieni
Legumi	freschi, surgelati, secchi		gamma (in scatola o latta) congelata
Carne magra da filiera corta	fresca, bianche o rosse		
Carni trasformate	prosciutto cotto s/polifosfati		prodotti di salumeria freschi da cuocere stagionati
Pesce	surgelato, s/spine, fresco	tonno all'olio di oliva	altri prodotti in scatola
Uova	fresche		in polvere
Formaggio	freschi, parmigiano,		formaggio fuso, formaggini, sottilette
Yogurt bio	semi-stagionato, grana		
Mozzarella da filiera corta			
Frutta fresca bio da filiera corta	di stagione		gamma (in scatola o latta)
Verdure bio	fresche di stagione	surgelate	gamma (in scatola o latta)
Patate	fresche	surgelate	surgelate prefritte, e/o grassi aggiunti, fiocchi di patate, IV e V gamma
Grassi da condimento	olio extra vergine di oliva bio		altri tipi di grassi
Sale	sale marino iodato		sale non iodato

- Prodotti da filiera corta si intendono alimenti coltivati e/o prodotti nella provincia di Frosinone
- Bio: prodotti da agricoltura biologica garantiti e certificati ai sensi della normativa vigente