

**Alla refezione scolastica spetta
un compito elevato:**

**offrire agli utenti (bambini, ragazzi)
cibi di elevata composizione
organolettica e nutrizionale**



- ☀ **Una sana alimentazione rappresenta il primo intervento di prevenzione a tutela del nostro benessere**
- ☀ **La popolazione infantile ed adolescenziale è il target d'elezione di questa strategia preventiva**

IL "PARADOSSO TECNOLOGICO"

In una buona parte del mondo si assiste oggi ad un **crescente errore alimentare** legato all'eccesso calorico per:

- + maggiore disponibilità alimentare
- + **drastica riduzione del movimento fisico**

IL "PARADOSSO TECNOLOGICO"

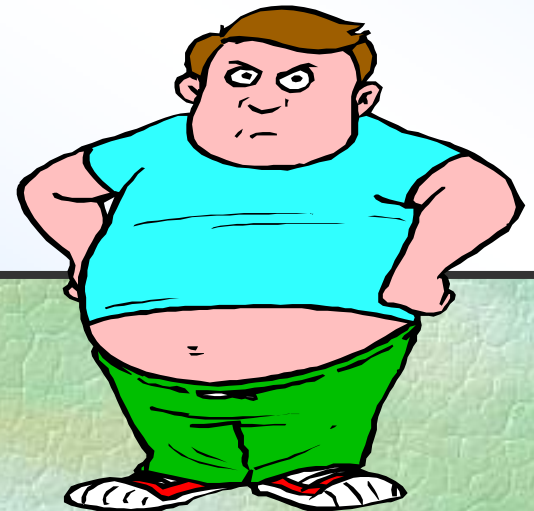
L'alimentazione degli italiani si è profondamente modificata negli ultimi decenni.

Il risultato è stato di:

- ✘ innalzare di oltre 1000 calorie la razione calorica giornaliera
- ✘ moltiplicare le spese destinate all'acquisto di prodotti alimentari
- ✘ aumentare l'incidenza di patologie favorite da scelte alimentari improprie

**La “sindrome da opulenza” coinvolge
individui sempre più giovani
e nel nostro paese mostra valori allarmanti:**

- **l'eccesso di peso interessa un bambino su tre (36%)**
- **i nostri piccoli hanno le misure fra le più larghe d'Europa**



In 30 anni le nuove generazioni si sono allungate,
ma anche espanse:

BAMBINI DAI 6 AI 12 ANNI

Maschi:

Altezza + 18 mm (punte di + 30 mm)

Peso + 5,1 kg (punte di + 9 kg)

Girovita + 6 cm

Femmine

Altezza invariata

Peso + 4,7 (punte di + 8,4 kg)

Girovita + 5 cm

IL MENU DEL BAMBINO ITALIANO

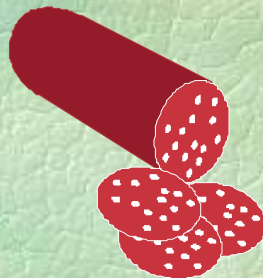
Lo stile di vita del bambino italiano è caratterizzato da ridotta attività motoria e dieta monotona e sbilanciata con:

- scarsa alternanza e varietà di alimenti
- esagerata assunzione di calorie, grassi, proteine e zuccheri
- ridotto apporto di minerali, vitamine e fibra

IL MENU DEL BAMBINO ITALIANO

L'indagine "Mangio a scuola" promossa in circa 200 scuole elementari e medie, ha evidenziato le preferenze alimentari dei bambini

Il menu più gradito risulta quello composto da:
pasta al forno, coscia di pollo, salumi,
patatine fritte, gelato



I BUONI PROPOSITI DEL PSN

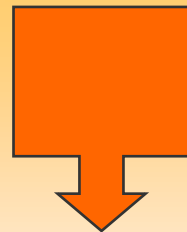
- x sorveglianza della ristorazione collettiva
(contesti scolastici)**
- x diffusione di campagne informative circa i salutari
stili di vita**
- x realizzazione di progetti di educazione alimentare**

Definizione FAO - OMS:

l'educazione alimentare è quel processo formativo per mezzo del quale si persegue il generale miglioramento dello stato di nutrizione degli individui attraverso:

- la promozione di adeguate abitudini alimentari
- l'eliminazione di comportamenti alimentari non soddisfacenti
 - l'adozione di manipolazioni più igieniche degli alimenti
 - un efficiente utilizzo delle risorse alimentari

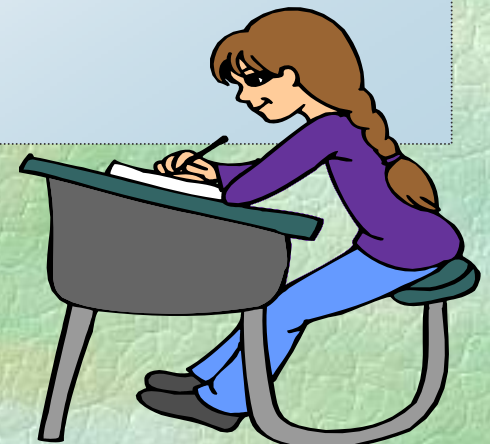
**Il pranzo offerto dalla ristorazione scolastica
rappresenta il pasto principale della giornata**



40% dell'apporto calorico quotidiano

Le comunità che preparano e somministrano pasti in ambito scolastico

- non possono prescindere dalle finalità educative
- devono proporre ai loro utenti un modello alimentare sano ed equilibrato



Requisiti del servizio ristorativo:

- seguire un menù di riferimento
- promuovere progetti didattici che coinvolgano tutte le risorse umane presenti
- istruire gli addetti alla preparazione e somministrazione dei pasti

L'elaborazione del menu richiede:

- stesura del tracciato dietetico da parte di personale tecnico
- rispetto delle indicazioni dietetiche previste per la fascia di popolazione interessata
- alternanza e varietà dei cibi

L'elaborazione del menu richiede:

- tutela delle abitudini alimentari locali
- utilizzo di ricette adeguate alle esigenze degli utenti
- erogazione di pasti speciali per bambini allergici (*Celiachia - Legge n. 123/05; art. 4, comma 3*) O appartenenti ad altre etnie

DOCUMENTI NUTRIZIONALI DI RIFERIMENTO:

LARN

(Livelli di Assunzione Raccomandati di Energia e Nutrienti)

forniscono valori di riferimento per l'assunzione giornaliera di energia, di macronutrienti (carboidrati, grassi, proteine) e di micronutrienti (sali minerali, vitamine)

DOCUMENTI NUTRIZIONALI DI RIFERIMENTO:

"LINEE GUIDA PER UNA SANA ALIMENTAZIONE ITALIANA"
- REVISIONE 2003 -

- ☀ sono una guida che suggerisce il comportamento da tenere a tavola per salvaguardare la salute ed il gusto
- ☀ propongono la dieta mediterranea quale migliore modello alimentare per garantire un'elevata qualità di vita

La validità nutrizionale del menu è sottoposta a monitoraggio da parte degli organi di vigilanza

**I SIAN (Servizi Igiene Alimenti e Nutrizione)
hanno il compito di:**

- **controllare i menù adottati presso le mense collettive**
- **segnalare eventuali incongruità riscontrate rispetto agli standard nutrizionali**

Valutazione del servizio

Elemento irrinunciabile nella valutazione finale di un servizio mensa risulta essere la soddisfazione del consumatore

Il gradimento degli alunni deve essere soggetto a verifiche qualitative periodiche

Valutazione del servizio

Indicatori di qualità di un impianto ristorativo:

- Conformità dietetica del menu
- Caratteristiche organolettiche del piatto
- Comfort degli ambienti di consumo
- Comportamento del personale addetto

Un “*prodotto pasto*” aderente a requisiti igienici, nutrizionali ed organolettici caratterizza *la professionalità* di ogni mensa collettiva.

**Grazie per
l'attenzione!**

