



2° CIRCOLO DIDATTICO "DON PEPPE DIANA" Acerra (NA)



Comunicazione n°66

Acerra, 14/12/2018

**AI GENITORI
AI DOCENTI
SEDE INFANZIA
AL DSGA
ATTI
SITO WEB**

OGGETTO: LINEE GUIDA PER LA SOMMINISTRAZIONE DEL PASTO DOMESTICO PER INIZIO REFEZIONE DAL 07/01/2019

Si invitano i genitori a prendere visione del documento allegato, approvato dal Consiglio di Circolo, che definisce le modalità di introduzione del pasto domestico a scuola nell'attesa dell'inizio del servizio mensa erogato dall'ente comunale.

Si sottolinea che è un servizio temporaneo e su base volontaria da parte dei genitori che dovranno esprimere la loro adesione compilando un modulo che sarà distribuito dai docenti.

Gli alunni i cui genitori aderiranno a tale modalità di refezione frequenteranno la scuola per 40 ore settimanali, per cui usciranno alle ore 16.00, mentre gli altri usciranno da scuola alle ore 13.00.

**IL DIRIGENTE SCOLASTICO
Prof.ssa Rosaria Coronella**

Firma autografa sostituita a mezzo stampa ai sensi dell'art.3 comma 2 del DLGS n. 39/93



2° CIRCOLO DIDATTICO "DON PEPPE DIANA" Acerra (NA)



Linee guida per la somministrazione del pasto domestico a scuola predisposte su indicazioni del Servizio Igiene degli Alimenti e Nutrizione dell'ASL Napoli 2 Nord

Premesso che:

le corrette modalità di fruizione dei pasti nelle scuole del primo ciclo, sia quelli domestici che quelli forniti dalla mensa, trovano nel diritto alla tutela della salute e nel diritto allo studio i propri fondamenti nell'integrazione e salvaguardia dei diritti fondamentali dello studente;

allo scopo di favorire l'adozione di soluzioni organizzative, in via temporanea e strettamente volontaria da parte delle famiglie, e fino alla conclusione delle procedure per l'affidamento del servizio mensa ad apposita ditta specializzata, che attraverso il consumo del pasto preparato da casa, possano garantire la piena fruizione dell'offerta formativa, è innanzitutto necessario evidenziare che, uniformandosi ad una interpretazione condivisa in svariati contesti regionali italiani, tale pasto può essere considerato "un'estensione dell'attività di preparazione alimentare familiare autogestita" senza intervento di terzi estranei (Imprese Alimentari).

Per tale motivo tale attività non è soggetta alle imposizioni delle vigenti normative in materia di Igiene dei prodotti Alimentari e delle Imprese Alimentari e ai relativi controlli ufficiali, né a forme di autorizzazione sanitaria né a forme di controlli sanitari, e ricade completamente sotto la sfera dei genitori dell'alunno, ai quali, di conseguenza, è demandata la responsabilità della preparazione, il trasporto e la conservazione degli alimenti, nonché della valutazione dell'apporto nutrizionale del pasto.

Per quanto attiene agli aspetti di **sicurezza igienico-sanitaria** dei pasti preparati a casa è opportuno, per la tutela della salute degli alunni, richiamare alcuni principi fondamentali di Igiene degli Alimenti:

- gli alimenti deperibili devono essere conservati ad una temperatura che non consenta la crescita di microrganismi patogeni e/o la formazione di tossine
- gli alimenti devono essere protetti da qualsiasi forma di contaminazione
- il consumo dei medesimi deve avvenire in ambienti puliti e mantenuti in buone condizioni.

Pertanto, alla luce di tali considerazioni, per l'esercizio del pasto domestico è consigliabile **ai genitori**:

- **l'utilizzo di alimenti non deperibili**, ovvero che non necessitano di essere conservati a bassa temperatura, da 0 a + 4° C;
- a tale scopo sono **particolarmente indicati**:
 - salumi (bresaola, prosciutto crudo, speck, prosciutto cotto);
 - formaggi stagionati (fontina, asiago, emmenthal, parmigiano);

- tonno, sgombro, salmone sgocciolati;
- uova sode già sgusciate;
- legumi cotti già conditi, posti in un contenitore: ceci, fagioli, lenticchie, piselli, fave;
- pane comune (possibilmente a ridotto contenuto di sale) o integrale, che può essere utilizzato anche per predisporre un panino imbottito con gli alimenti elencati in precedenza – alla farcitura può essere aggiunta qualche foglia di insalata, fetta di pomodoro, verdura grigliata;
- prodotti da forno quali trancio di pizza o focaccia, in alternativa al pane con formaggi o affettati;
- verdure crude (carote, finocchi, sedano, insalata, pomodoro) e verdure, tagliate in piccoli pezzi, cotte, da proporre, eventualmente, anche come insalatona con aggiunta di pasta o riso freddi con tonno, formaggio o legumi;
- frutta fresca di stagione o mousse confezionata;
- acqua in bottiglia.

avendo cura di **ALTERNARE** nella settimana tutti gli alimenti indicati;

- di **evitare** l'uso di salse (maionese, salsa rosa, salsa tonnata), bevande dolci gassate, patatine, snacks ipercalorici ricchi di zucchero (merendine) e cibi da fast-food;
- di dotare i propri figli di **appositi contenitori termici in plastica a chiusura ermetica**, opportunamente separati negli zainetti dai libri scolastici mediante l'utilizzo di sacche o buste o borse a parte;
- di fornire **tovaglette adeguate**, su cui poggiare gli alimenti durante il consumo, in modo che non siano posti a contatto con le superfici dei banchi/tavoli, nonché tovaglioli, posate in plastica e quanto altro occorrente per consumare il pasto.
- di **evitare** di far portare ai bambini bottigliette, bicchieri e contenitori in **vetro o comunque tossici o altri oggetti pericolosi (scatolame in latta, coltelli di alcun tipo)**.

La responsabilità genitoriale, che, nell'ambito dell'autonomia dei singoli Istituti, sarà disciplinata da una regolamentazione che prevede la sottoscrizione di una liberatoria per assunzione di responsabilità e della chiara indicazione della sussistenza di allergie o intolleranze alimentari che richiedano particolari necessità di sorveglianza per il rischio di scambio di alimenti, non si esaurisce, ovviamente, nel rispetto delle norme igienico-sanitarie per la preparazione di un pasto domestico.

È opportuno, inoltre, che nell'alimentazione a casa vengano proposti pasti e/o spuntini che prevedano alimenti non presenti nel pasto consumato a scuola (pesce, carne, formaggi freschi, cereali diversi), secondo i principi del sano Modello Alimentare Mediterraneo e in conformità con le vigenti indicazioni in ambito nutrizionale per la prevenzione delle situazioni di malnutrizione sia per difetto che per eccesso.

A completamento delle considerazioni in merito alle buone prassi igienico-sanitarie da porre in atto per la fruizione del pasto da casa appare, parimenti, evidente che la pulizia e la sanificazione degli ambienti destinati alla mensa saranno affidate al personale ATA interno alla scuola e agli addetti ai servizi di pulizia.

Fondamentale permane, infine, in considerazione della promiscuità del consumo di alimenti, il ruolo di sorveglianza degli insegnanti presenti in mensa, che potranno fornire incitamento alla corretta alimentazione nonché un'adeguata sensibilizzazione a non assaggiare il cibo dei compagni al fine di evitare pericolosi incidenti legati alla sussistenza di allergie o intolleranze alimentari.

Menù tipo e indicazioni da seguire elaborati dalla SIPPS – Società italiana di pediatria prevenzione e sicurezza sociale.

Merenda

Se è stata assunta una prima colazione adeguata, si raccomanda a metà mattina una merenda contenente circa 100 calorie, che corrispondono in pratica a uno yogurt, o a un frutto, o a un succo di frutta senza zuccheri aggiunti.

Pranzo

Carne o affettati magri – 4/5 volte alla settimana – pesce-2/3 volte alla settimana – legumi 3 volte alla settimana – formaggi 2 volte alla settimana – uova 2 volte alla settimana

Menu tipico

Lunedì: polpette di pollo e/carne con carote – un panino – succo di frutta senza zuccheri aggiunti o frutta di stagione;

Martedì: bastoncini o altro pesce con verdure (spinaci o piselli) – panino – succo di frutta senza zuccheri aggiunti o frutta di stagione;

Mercoledì: frittatina di zucchine o spinaci – panino – succo di frutta senza zuccheri aggiunti o frutta di stagione;

Giovedì: pizza margherita trancio circa di 120 gr – succo di frutta senza zuccheri aggiunti o frutta di stagione;

Venerdì: formaggio spalmabile e prosciutto cotto (tagliati in pezzi piccoli) – panino – succo di frutta senza zuccheri aggiunti o frutta di stagione.

I genitori dovranno attenersi allo schema che sarà unico per tutti eccetto qualche variazione nel caso di intolleranze o allergie, che si raccomanda di comunicare alla Scuola per attuare una adeguata sorveglianza al fine di evitare promiscuità nel consumo degli alimenti.

Il pasto domestico deve essere conservato in un contenitore di plastica a chiusura ermetica e deve essere portato dal bambino all'ingresso a scuola.

Attenersi scrupolosamente allo schema dietetico di massima senza introdurre altre quantità o cibo che comporterebbe affaticamento della digestione.

GLI ALIMENTI

La forma è senza dubbio il fattore di rischio che più influenza la pericolosità di un alimento in caso di inalazione. Un altro aspetto da considerare è la consistenza: appare evidente, infatti, che un cibo gelatinoso o colloso ha maggiori probabilità di aderire e rimanere bloccato nelle vie aeree rispetto ad un corpo solido e compatto. Per questo motivo, oltre a suggerire il taglio più adeguato nelle varie situazioni, proprio per richiamare l'attenzione alle caratteristiche degli alimenti, è opportuno suddividerli in quattro categorie:

- molli o scivolosi: possono raggiungere le vie aeree ancora prima di essere masticati;
- duri o secchi: sono più impegnativi da masticare e possono essere ingeriti interi;
- solidi o semisolidi: possono incunearsi (nella loro interezza o in parte) e rimanere bloccati a livello di laringe e trachea;
- appiccicosi o collosi: possono aderire alle vie aeree e sono più difficili da rimuovere.

MANIERE BUONE E SICURE

Va da sé che la sicurezza a tavola dipende anche dal rispetto di semplici norme comportamentali, valide soprattutto per i bambini più grandi, a partire dalla buona abitudine di non parlare mentre si mangia e di non distrarsi, per esempio per leggere, giocare o guardare la televisione (che peraltro dovrebbe essere spenta).

Il momento del pasto, infatti, dovrebbe essere finalizzato esclusivamente ad assaporare i cibi e a condividere il piacere di stare insieme con gli altri.

Le “buone maniere”, dunque sono importanti non soltanto per l'educazione ma anche per la sicurezza.

ALIMENTI MOLLI O SCIVOLOSI

UVA

rimuovere i semi e tagliare gli acini nel senso della lunghezza

CILIEGIA

rimuovere il nocciolo e tagliare in quattro parti

WURSTEL

tagliare in quattro parti nel senso della lunghezza e poi in pezzetti più piccoli.

Evitare il taglio trasversale (a rondella)

ARACHIDI E FRUTTA A GUSCIO

sminuzzare in piccoli frammenti

MOZZARELLA

tagliare in piccoli pezzetti; evitare di aggiungerla come ingrediente a piatti caldi

(quando fonde può inglobare altri componenti)

POMODORINI E OLIVE

tagliare in quattro parti (non a metà)

ed eventualmente in pezzetti più piccoli

KIWI

tagliare il frutto nel senso della lunghezza e poi ricavarne pezzetti più piccoli

(evitare il taglio a rondella)

DA EVITARE: CAMELLE GELATINOSE E CONFETTI

ALIMENTI DURI O SECCHI

CAROTE

tagliare nel senso della lunghezza e poi in pezzetti più piccoli. Evitare il taglio trasversale.
(a rondella)

FINOCCHIO CRUDO, SEDANO

eliminare i filamenti e tagliare in piccoli pezzi

NOCI

sminuzzare in piccoli pezzi

DA EVITARE:POPCORN, CAMELLE DURE, FRUTTA CANDITA

ALIMENTI SOLIDI E SEMISOLIDI

GNOCCHI

evitare l'abbinamento a formaggi che possono sciogliersi e creare l'«effetto colla»

PASTA

scegliere i formati più piccoli

ALIMENTI APPICCICOSI O COLLOSI

CARNE O PEZZI DI FORMAGGIO

tagliare in piccoli pezzetti

PROSCIUTTO CRUDO

rimuovere il grasso, evitare la fetta intera, che deve essere ridotta a piccoli pezzetti

BURRO, FORMAGGI DENSI

spalmare sul pane (evitare il cucchiaino)

MELA, PERA

tagliare in pezzetti piccoli, grattugiare nel primo anno di vita

PESCA, PRUGNA, SUINA rimosso il nocciolo tagliare in pezzetti piccoli, frullare o omogeneizzare

UVETTA E FRUTTA SECCA (fichi, datteri, ecc.)

tagliare in pezzetti piccoli

DA EVITARE:

CARAMELLE GOMMOSE, GOMME DA MASTICARE, MARSHMALLOW