

AZIENDA SANITARIA LOCALE LANCIANO VASTO CHIETI

Dipartimento di Prevenzione

Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione – Chieti

MENU' NIDO D'INFANZIA (15-36 mesi) COMUNE DI ORTONA- A.S. 2014 / 2015

GG	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
Lunedì	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta con zucchine • Formaggio • Zucchini o verdura cotta di stagione • Pane - frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Risotto alla parmigiana • Frittatina al forno con verdure • Insalata verde o mista • Pane- frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Passato di verdure con riso o minestra in brodo vegetale • Polpettone di vitello • Patate • Pane-frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta al pomodoro • Fior di latte • Spinaci o bietolina • Pane -frutta di stagione
Martedì	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta al pomodoro • Petto di pollo (alla pizzaiola) • Piselli • Pane - frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Passato di fagioli con pastina • Fior di latte o stracchino • Spinaci o contorno cotto di stagione • Pane -frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Passato di legumi con pastina • Fior di latte • Carote c/o finocchi • Pane-frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Brodo vegetale con pastina o riso • Polpettine di vitello in umido • Patate • Pane- frutta di stagione
Mercoledì	<ul style="list-style-type: none"> • Minestrone con pastina o riso • Frittatina con patate o sformato di patate • Verdure crude di stagione • Pane -frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta al pomodoro • Bocconcini di tacchino agli aromi • Carote lesse • Pane- frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta al pomodoro • Prosciutto cotto • Fagiolini verdi all'olio • Pane- frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta all'olio e parmigiano • Petto di pollo al limone • Insalata verde o verdura cruda di stagione • Pane -frutta di stagione
Giovedì	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta al pomodoro • Polpettone di vitello • Verdura cotta di stagione • Pane - frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Passato di verdure con pastina o minestra in brodo vegetale • Vitello alla pizzaiola • Patate arrosto • Pane -frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta olio e parmigiano • Fesa di tacchino • Piselli • Pane -frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta e legumi (lenticchie o ceci) • Prosciutto cotto • Fagiolini verdi all'olio • Pane -frutta di stagione
Venerdì	<ul style="list-style-type: none"> • Passato di verdura con pastina • Filetti di platessa al vapore • Carote o verdura cruda di stagione • Pane - frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta al pomodoro • Polpettine di merluzzo • Verdure crude miste • Pane -frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta al pomodoro • Filetti di platessa gratinati al forno o al sugo • Insalata mista di stagione • Pane -frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta al sugo di pesce o pomodoro • Filetti di merluzzo • Finocchi / carote • Pane- frutta di stagione

IL MEDICO SIAN
 Dott.ssa Ornella Marfelli



IL RESPONSABILE IASP
 Dott. Francesco Concistrè

ASL 2 LANCIANO-VASTO-CHIETI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
SETTORE NUTRIZIONE CHIETI

Tabelle dietetiche nido d'infanzia

La giornata alimentare tipo consigliata ai bambini di età compresa tra 1 – 3 anni si basa su cinque pasti con la seguente ripartizione delle calorie:

- Colazione (20 %)
- Merenda mattutina (5%)
- Pranzo (35-40%)
- Merenda pomeridiana (10- 5%)
- Cena (30%)

In particolare, il pranzo della refezione scolastica per la stessa categoria di utenti, **mediamente**, prevede il seguente apporto calorico e di principi nutritivi(valori range di riferimento, puramente indicativi):

- Calorie circa Kcal 500
- Protidi 10-15%
- Lipidi circa 30%
- Glucidi 45- 55%

E' opportuno precisare che ,per i bambini di età inferiore all'anno, **va osservata la dieta consigliata dal pediatra di famiglia**, introducendo gli alimenti consentiti dopo che il genitore li ha proposti prima a casa.

Dal 12° al 15° mese di vita è previsto un periodo di adattamento al menù del nido. il bambino può seguire una alimentazione individualizzata che lo porti gradualmente ad adattarsi agli alimenti previsti dalla tabella dietetica (dieta di transizione).La forma e consistenza degli stessi saranno adattate alle capacità di masticazione (puree, frullati, pastine micron etc.) per garantire una buona digeribilità dei cibi e un'assunzione adeguata.

La tabella dietetica proposta per il pasto al nido è formulata coerentemente alle Linee Guida per una Sana Alimentazione Italiana dell'INRAN e secondo le indicazioni dei LARN (Livelli di Assunzione raccomandati di Energia e Nutrienti).

Le quantità riportate per ogni alimento sono da intendersi **a crudo e al netto degli scarti** e si riferiscono al singolo bambino. Le grammature sono indicative, in quanto possono variare un po' in base alla resa del prodotto ;è consigliabile prevedere una maggiorazione del 10-15% circa per ogni alimento.

Cereali e derivati	1-3 anni
Pasta o riso per primi asciutti	40-50 g
Orzo, farro per primi asciutti	40 g
Pastina, riso, orzo per minestra	25-30 g
Pane	20-30 g
Carne pesce uova	
Pollo, tacchino, vitello, maiale magro	40 -60g
Pesce(sogliola,merluzzo,platessa etc.)	60-70 g
Uova per frittata	n. 1 (gr 55)
Uova per polpette (10 utenti)	n. 1 (5 gr.)

Formaggi e salumi	
Formaggi freschi (mozzarella, ricotta)	40 gr
Formaggi stagionati (asiago, parmigiano)	20-30 gr
Parmigiano grattugiato per primi piatti	5 gr
Prosciutto cotto e crudo	30-40 gr
Legumi	
Legumi freschi o surgelati per minestra	30-40 gr
Legumi secchi per passati	20-25gr
Legumi freschi o surgelati per contorno	50 gr
Ortaggi e patate	
Verdure miste per minestre e passati	70 gr
Verdure per frittata	30 gr
Verdure crude a foglia per contorni	30 gr
Verdure crude (pomodori,carote ,finocchi) per cont.	50 gr
Verdure cotte per contorni	80-90 gr
Patate per contorno	80 gr
Patate per purca	70 gr
Pomodori pelati per sugo(primi/secondi piatti)	30 gr
Condimenti	
Olio extravergine di oliva a crudo per pasto	10 -12 gr
Frutta fresca	
Frutta di stagione	100 gr
Succo di frutta	125 gr
Alimenti per merenda	
Biscotti prima infanzia, biscotti secchi, fette biscottate	20-30 gr
Pane	30 gr
Frutta fresca di stagione	100-150 gr
Latte	150 ml
Yogurt intero o alla frutta	125 gr
Torta a cotto (di mele, crostata, ciambellone)	30-40 gr
Marmellata / miele	15 gr
Pizza	50 gr
Orzo solubile o cacao in polvere , zucchero	5 gr

CARATTERISTICHE QUALITATIVE PER ALCUNI ALIMENTI

Le materie prime ed i prodotti finiti per la preparazione dei pasti devono essere conformi alle vigenti normative in materia. E' preferibile scegliere fornitori che possano certificare la qualità dei prodotti. Si invita ad effettuare i rifornimenti dei generi alimentari in base alla reale potenzialità del locale adibito a deposito; in particolare per i cibi più deperibili, è necessario prevedere più rifornimenti alla settimana in modo da garantire i requisiti di freschezza.

Inoltre i pasti vanno preparati nello stesso giorno del consumo.

Si riporta un elenco non esaustivo degli alimenti da privilegiare per la qualità dei pasti:

- Olio: extravergine d'oliva. La quantità totale di olio e.o. è da distribuire tra i vari alimenti previsti per il pranzo
- Riso: il tipo parboiled è da preferire al riso completamente raffinato

- **Cereali minori:** orzo e farro possono essere inseriti nelle preparazioni di minestre e passati di verdura
- **Pasta:** di semola di grano duro (alternare e adattare i formati anche in base all'età dei bambini)
- **Pane:** fresco di giornata, senza grassi aggiunti
- **Legumi:** freschi, surgelati o secchi, non in scatola (preferibilmente biologici)
- **Prosciutto cotto:** di prima qualità, esente dall'aggiunta di polifosfati, lattosio, caseinati e altre proteine del latte, proteine derivate dalla soia e fonti di glutine
- **Carne:** fresche (vitellone, pollo, tacchino, maiale) preferibilmente di produzione nazionale. Da evitare i prodotti precucinati
- **Pesce:** è consigliabile incentivarne il consumo .Va data la preferenza ai pesci surgelati (tipo filetti): la scelta deve essere tra merluzzo, sogliola, platessa .Da escludere il pesce precimpanato e fritto (bastoncini ecc.)
- **Uova:** categoria A extra , preferibilmente di provenienza da allevamenti italiani
- **Latte :** preferibilmente fresco intero pastorizzato o a lunga conservazione se impiegato come ingrediente (comunque secondo le indicazioni del pediatra)
- **Formaggi :** freschi (mozzarella, ricotta vaccina) semistagionati o stagionati . Preferire formaggi senza polifosfati aggiunti, sali di fusione e conservanti. Da escludere i formaggi fusi (ad esempio formaggini e sottilette)
- **Frutta e verdura :** fresche di stagione, preferibilmente di produzione nazionale e appartenenti alla prima categoria di classificazione. Occasionalmente le verdure possono essere anche surgelate. E' opportuno osservare la stagionalità di frutta e ortaggi per garantire la massima varietà del menù.
- **Sale iodato ,** usato con moderazione. Non consigliati i preparati per brodo/dadi (perché a base di glutammato monosodico).
- **Yogurt:** intero al naturale e alla frutta senza conservanti
- **Fette biscottate e biscotti:** senza grassi idrogenati
- **Crackers:** non salati in superficie, all'olio extravergine d'oliva e senza grassi idrogenati
- La scelta di prodotti biologici (regolarmente certificati) accresce sicuramente l'aspetto qualitativo del pasto (legumi, frutta, verdura etc.). Oltre ai prodotti biologici sono da privilegiare anche i prodotti tipici con marchio D.O.P. e I.G.P.

INDICAZIONI PER LA PREPARAZIONE E COTTURA DEGLI ALIMENTI

I **metodi di cottura** da utilizzare devono consentire il più possibile il mantenimento del valore nutritivo e organolettico dei cibi; naturalmente i tempi di cottura devono essere tali da garantire l'igienicità.

Le cotture più indicate sono al vapore, al forno e stufate, che richiedono minimi quantitativi di grassi. Le frittture non sono consentite.

Il condimento da privilegiare è l'**olio extravergine d'oliva**, utilizzato preferibilmente a crudo,aggiungendolo a fine cottura. Il burro è limitato ad alcune ricette che lo prevedono espressamente.

La frutta, accuratamente lavata, va servita sbucciata a piccoli pezzi o grattugiata, frullata, spremuta a seconda della capacità di masticazione e deglutizione del bambino.

E' preferibile che le verdure siano cotte al vapore oppure in poca acqua bollente, salandole dopo la cottura. Per l'inserimento di nuovi tipi di verdura si suggerisce un apporto graduale tramite piccoli assaggi, accanto a qualità di verdure già gradite.

Per la preparazione di diete speciali, si raccomanda di adottare tutti gli accorgimenti necessari a minimizzare il rischio connesso agli ingredienti nascosti o alle contaminazioni involontarie. E', pertanto, necessario che il personale sia adeguatamente formato circa le procedure da seguire. Infine, il personale addetto alla somministrazione deve accertarsi di consegnare il pasto al bambino a cui è destinato.

La dieta leggera

Qualora lo si ritenesse opportuno, nella convalescenza da episodi di malessere generale, gastroenteriti, chetosi o terapie antibiotiche protratte, è possibile, in occasione del rientro in collettività, richiedere per il bambino una dieta "leggera" per un periodo non superiore ai tre giorni. La richiesta può essere fatta direttamente dal genitore alla scuola.

Il menù per dieta leggera dovrà essere preparato nel modo seguente:

- Primo piatto : Pasta o riso all'olio, conditi con olio extravergine di oliva a crudo
- Secondo piatto : Carne magra al vapore o lessata o al forno
- Contorno : Patate e/o carote al vapore o lessate
- Frutta fresca : Mela



Il Medico SIAN
Dott.ssa Ornella Mannelli

AZIENDA SANITARIA LOCALE LANCIANO VASTO CHIETI

Dipartimento di Prevenzione

Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione – Chieti

DIETA SPECIALE PER CELIACHIA NIDO D'INFANZIA (15-36 mesi) COMUNE DI ORTONA - A.S. 2014 / 2015

GG	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
Lunedì	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta aglutinata con zucchine • Stracchino o fior di latte • Verdura cotta di stagione • Pane aglutinato - frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Risotto alla parmigiana • Frittatina al forno con verdure • Insalata verde o mista • Pane aglutinato- frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Passato di verdure con riso o minestra in brodo vegetale • Straccetti di vitello • Patate • Pane aglutinato-frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta aglutinata al pomodoro • Fior di latte • Spinaci o bietola • Pane aglutinato - frutta di stagione
Martedì	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta aglutinata al pomodoro • Petto di pollo • Piselli • Pane aglutinato - frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Passato di fagioli con pastina aglutinata • Fior di latte o stracchino • Spinaci o contorno cotto di stagione • Pane aglutinato-frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Passato di legumi con pastina aglutinata • Fior di latte • Carote e/o finocchi • Pane aglutinato-frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Brodo vegetale con pastina aglutinata o riso • Spezzatino di carne di vitello • Patate • Pane aglutinato - frutta di stagione
Mercoledì	<ul style="list-style-type: none"> • Minestrone* con pastina aglutinata o riso • Frittatina con patate • Verdure crude di stagione • Pane aglutinato - frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta aglutinata al pomodoro • Boccconcini di tacchino agli aromi • Carote lesse • Pane aglutinato- frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta aglutinata al pomodoro • Prosciutto cotto senza glutine • Fagiolini verdi all'olio • Pane aglutinato- frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta aglutinata all'olio e parmigiano • Petto di pollo al limone • Insalata verde o verdura di stagione • Pane aglutinato - frutta di stagione
Giovedì	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta aglutinata al pomodoro • Fettina di vitello • Verdura cotta di stagione • Pane aglutinato - frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Passato di verdure con pastina aglutinata • Vitello alla pizzaiola • Patate arrosto • Pane aglutinato - frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta aglutinata in bianco • Fesa di tacchino • Piselli • Pane aglutinato - frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta aglutinata e fegurni (lenticchie o ceci) • Prosciutto cotto senza glutine • Fagiolini verdi all'olio • Pane aglutinato - frutta di stagione
Venerdì	<ul style="list-style-type: none"> • Passato di verdura con pastina aglutinata • Filetti di platessa al vapore • Carote o verdura cruda di stagione • Pane aglutinato - frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta aglutinata al pomodoro • Merluzzo • Verdure crude miste • Pane aglutinato - frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta aglutinata al pomodoro • Filetti di platessa al forno o al sugo • Insalata mista di stagione • Pane aglutinato-frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta aglutinata al sugo di pesce o pomodoro • Filetti di merluzzo • Finocchi /carote • Pane aglutinato - frutta di stagione

N.B. Attenersi scrupolosamente alle norme di comportamento presenti nell'allegato e consultare il prontuario per celiaci in possesso dei genitori * prodotti privi di glutine

IL MEDICO SIAN

Dott.ssa Ornella Marfisi



IL RESPONSABILE IASP

Dott. Francesco Conciatore

F. Conciatore

DIETA SPECIALE PER SOGGETTI AFFETTI DA MALATTIA CELIACA

Informazioni di carattere generale

La malattia celiaca o celiachia è una condizione caratterizzata da una intolleranza cronica al glutine (un complesso proteico contenuto in diversi cereali). Nei celiaci il glutine esercita un'azione tossica, alterando profondamente la struttura e funzionalità della mucosa intestinale fino a compromettere l'assorbimento dei nutrienti .

Come si cura? **L'unico trattamento è una dieta priva di glutine.** L'efficacia della dieta è legata ad una sua applicazione costante e rigorosa per tutta la vita , poiché l'introduzione di quantitativi anche minimi di glutine (es. contaminazione crociata) può comportare la ricomparsa dei sintomi della malattia.

Il glutine è una proteina che si trova in alcuni cereali quali frumento, orzo, farro e segale, kamut, spelta , triticale, (avena) mentre non si trova **nel riso e nel mais(e miglio,manioca,amaranto, quinoa e sorgo)**.

Poiché sostanze derivate da frumento, segale, orzo e avena si possono anche ritrovare o come ingredienti o additivi o come residuo di lavorazione in molti alimenti trasformati (prosciutto cotto, gelati,caramelle, preparati e sughi etc.) **è necessario conoscere con precisione gli alimenti che non contengono tracce di glutine.**

Per questo motivo l'AIC (Associazione Italiana per la Celiachia) distribuisce ai suoi iscritti un **prontuario** contenente la lista di cibi esenti da glutine e la lista dei prodotti dietetici specifici. E' importante che il gestore del servizio di ristorazione **acquisisca informazioni adeguate in merito, anche attraverso la consultazione di tale materiale informativo.**

Si segnala che i prodotti dietetici che sostituiscono gli alimenti non consentiti ai celiaci richiedono tempi di cottura e di attesa estremamente ridotti.

CIBI VIETATI

Farina di frumento, segale,orzo,avena e alimenti preparati con questi cereali, pane(anche integrali), muesli e fiocchi di miscele di cereali ,cioccolato con cereali, biscotti, fette biscottate, grissini, crackers, pasta alimentare, pasticceria di ogni genere, toasts, ravioli, tortellini, gnocchi , semolino di grano, fiocchi d'avena.

Inoltre carne e pesce infarinati o impanati, crocchette e polpette, hamburger preconfezionati, piatti pronti come pesce surgelato precotto, patatine fritte, etc., mortadella, wurstel, salsicce, minestre preconfezionate, salse , riso soffiato al malto d'orzo o di frumento etc.

CONSENTITI

- Carne e pesce tal quali (non miscelati con altri ingredienti o precotti)
- Riso, mais, miglio,tapioca
- Patate
- Uova
- Latte fresco e a lunga conservazione, non addizionato di vitamine ed altre sostanze ,formaggi freschi e stagionati italiani (esclusi i fusi , spalmabili, stranieri , a fette)
- Yogurt naturale
- Burro (non light)
- Tutti i tipi di verdura tal quale
- Tutti i legumi freschi e secchi tal quali
- Tutti i tipi di frutta fresca

- Olio , ad eccezione dell'olio di germe di grano e dell'olio di semi vari
- Spezie ed erbe aromatiche tal quali, aceto di vino non aromatizzato ,limone
- Miele e zucchero (non a velo)

ALIMENTI A RISCHIO

Per l'utilizzo di altri prodotti come yogurt alla frutta, succhi e nettari di frutta, formaggi fusi, budini, caramelle, gomme da masticare, cioccolato, marmellate, gelati, prosciutto cotto, salumi, preparati per purè, sughi pronti, cibi pastellati ecc. si deve consultare il prontuario dei prodotti del commercio senza glutine, elaborato dall'AIC (Associazione Italiana Celiachia) con la collaborazione delle ditte produttrici.

ISTRUZIONI PER LA PREPARAZIONE E SOMMINISTRAZIONE DI UN PASTO SENZA GLUTINE

1) APPROVVIGIONAMENTO DELLE MATERIE PRIME

Le materie prime per i pasti dietetici per celiaci devono essere acquistati da selezionati fornitori direttamente dal gestore del servizio di ristorazione. Non è consentita la fornitura di derrate alimentari da parte di soggetti privati (ad es. famigliari degli utenti) in quanto non in grado di garantire la tracciabilità degli alimenti.

Escludere dalla dieta tutti gli alimenti a base di cereali contenenti glutine. Utilizzare solo:

- **Alimenti non prelaborati naturalmente privi di glutine**
- **Alimenti dietoterapeutici** specifici per celiaci notificati al Ministero della Salute e prodotti in stabilimenti autorizzati dal Ministero
- **Prodotti a marchio spiga sbarrata.** Il marchio è di proprietà dell'AIC e la sua licenza d'uso è concessa alle aziende che su verifica sono risultate conformi a produrre alimenti idonei al consumatore celiaco
- **Prodotti presenti nel Prontuario degli Alimenti AIC,** elaborato periodicamente dall'AIC

2) STOCCAGGIO

- I prodotti approvvigionati per un pasto senza glutine devono essere conservati in luogo igienicamente idoneo ed **esclusivamente destinato ad essi**
- Le confezioni aperte, prima di essere riposte, dovranno essere accuratamente richiuse.
- La conservazione dei cibi senza glutine dovrà avvenire utilizzando contenitori e/o sacchetti dotati di chiusura ermetica, contrassegnati con etichette distintive, anche nel caso di conservazione in frigo/freezer.

3) BUONE PRASSI DEGLI OPERATORI

- **Comportamento degli operatori.** Il personale deve aver ricevuto formazione specifica per la preparazione del pasto dietetico , indossare divise pulite e non contaminate e lavarsi accuratamente le mani prima di iniziare la preparazione del pasto dietetico.
- **Cucina.** E' necessario che i cibi siano preparati in modo che non sia consentito il contatto con alimenti con glutine. Si dovrà individuare una **zona dedicata alla preparazione del pasto speciale** o, quando sia impossibile per ragioni di spazio, dare la priorità alla preparazione del pasto senza glutine, perché il piano di lavoro deve essere

perfettamente pulito, non contaminato da eventuali residui di lavorazioni. Mantenere i contenitori delle materie prime aperti solo il tempo necessario per il prelievo dell'ingrediente, richiudendoli accuratamente dopo l'impiego.

- **Devono essere individuate teglie, padelle, pentole, colapasta, posaterie da cucina da dedicarsi ad uso esclusivo per la preparazione dei cibi senza glutine**
- Analizzare la ricetta e sostituire gli ingredienti non permessi: prima di usare cibi confezionati leggere accuratamente le etichette, tenere separato e coperto il pasto fino al momento del consumo.
- **Non fare mai uso di impanature o infarinature** nella preparazione dei secondi piatti a base di carne o pesce (a meno che non si adoperino prodotti alimentari aptocici), **né pastellare o impanare le verdure**
- **Stare attenti a salse e condimenti** : spesso il glutine rientra negli additivi, per esempio nella farina di frumento usata come addensante nelle salse e molte conserve (fare riferimento ai prodotti del prontuario)
- **Per quanto riguarda i prodotti caseari**, somministrare solo formaggi " di produzione italiana" freschi o stagionati . Sono da considerarsi a rischio i formaggi fusi, a fette, formaggi spalmabili(possono contenere addensanti, gelificanti o aromi,) formaggi stranieri e formaggi a crosta fiorita ed erborinati (es. brie, roquefort, camoscio d'oro)
- **Per quanto riguarda i salumi** esiste la possibilità che il glutine sia presente in molti salumi (cotti, crudi , freschi e/o stagionati) .In questi prodotti il glutine può essere apportato da additivi,coadiuvanti tecnologici ed aromi. La presenza non si può evincere dalla sola lettura degli ingredienti dichiarati in etichetta ed è **quindi necessario fare riferimento ai prodotti del prontuario AIC.**
- **Accorgimenti per la cottura.** Non deve mai essere utilizzata acqua in cui sia stata cotta pasta o altri alimenti con glutine; tale acqua non deve mai essere utilizzata per allungare risotti, minestre, sughi o altre preparazioni .Non deve essere utilizzato cestello multicottura in cui siano stati cotti alimenti con glutine
- **Evitare l'uso del forno con promiscuità** : Deve essere disponibile un forno per uso esclusivo al fine di evitare contaminazioni durante la cottura; in caso di forno unico si consiglia di utilizzare il forno non ventilato per la cottura dei cibi con e senza glutine in tempi diversi previa adeguata sanificazione. In ogni caso sarà opportuno coprire il pasto destinato al bimbo celiaco nel modo più accurato possibile (con coperchi o stagnola)per evitare contaminazioni
- Il pasto del bambino celiaco dovrà arrivare in refettorio direttamente dalla cucina di produzione al bambino stesso **con modalità in grado di evitare qualsiasi contaminazione(contenitori appositamente contrassegnati)**

CELIACHIA : INFORMAZIONI UTILI PER GLI INSEGNANTI

- Al bambino celiaco va assegnato un posto a tavola dove sia possibile evitare che ricadano nel suo piatto briciole di pane o altro alimento non consentito: in caso questo avvenga sostituire il piatto e la portata con piatto pulito e altra preparazione alternativa (es. formaggio, uovo sodo, tonno sgocciolato);
- Si deve sempre controllare che al bambino celiaco arrivino le preparazioni previste dal suo menù (dicta speciale);
- Nel caso di insegnanti nuovi (supplenti o altro) si deve informarli della situazione e delle precauzioni da adottare;
- Prestare attenzione che i giochi o altro materiale didattico non contengano glutine o sostanze

