

RISTORAZIONE SCOLASTICA - AUTOVALUTAZIONE MENU per asili nido e scuole

Le tabelle seguenti possono essere utilizzate per effettuare una prima analisi del menù ed allegarle alla richiesta di valutazione nutrizionale alla SC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione. Sono stati individuati requisiti nutrizionali minimi (Tabella 1) e di miglioramento (Tabella 2), come percorso da intraprendere e sviluppare, con l'obiettivo di offrire menu nutrizionalmente equilibrati ed in linea con obiettivi di salute.

N°	TABELLA 1 - REQUISITI NUTRIZIONALI DI BASE	SI	NO	N.R.
1.	Menu articolato su almeno 4 settimane			
2.	Verdura, preferibilmente di stagione, almeno 1 porzione ad ogni pasto			
3.	Patate 0-2 volte al mese, associate ad un primo piatto in brodo di verdura			
4.	Frutta fresca di stagione 1 porzione ad ogni pasto			
5.	Piatti a base di cereali (pasta, riso, farro, orzo, polenta, ecc.) ad ogni pasto			
6.	Primi piatti in brodo di verdure almeno 1 volta a settimana, in particolare nel menù invernale			
7.	Presenza di cereali integrali nei primi piatti e pane integrale almeno 1 volta a settimana			
8.	Pane NON addizionato con grassi (olio, strutto) e a ridotto contenuto di sale (1,7% farina), da dichiarazione ¹			
9.	Piatti a base di pesce almeno 1 volta a settimana; pesce in scatola non più di 2 volte al mese.			
10.	Piatti a base di legumi almeno 1 volta alla settimana. (per asilo nido: 2 secondi piatti di legumi/mese al posto della carne rossa)			
11.	Piatti a base di carne non oltre 4-8 volte al mese, variandone la tipologia. (per asilo nido: carne 4-6 volte al mese)			
12.	Esclusione di carne conservata (affettati, salumi, ecc.)			
13.	Piatti a base di formaggio non oltre 1 volta alla settimana			
14.	Piatti a base di uova non oltre 1 volta alla settimana			
15.	Grammature in linea con il prospetto ATS di Pavia			
16.	Metodi di cottura in linea con le indicazioni dell'ATS di Pavia			
17.	Olio di oliva extravergine come unico condimento			
18.	Sale iodato			
SCHEDA DI VALUTAZIONE NUTRIZIONALE MENU				
ASILO NIDO <input type="checkbox"/> INFANZIA <input type="checkbox"/> PRIMARIA <input type="checkbox"/> SECONDARIA 1°GRADO <input type="checkbox"/>		Nome scuola.....		
COMUNE			

*Legenda: NR requisito non rilevabile

¹ allegare al dichiarazione del panificatore

Documenti di riferimento: LARN IV revisione 2014; Linee di indirizzo nazionale per la ristorazione ospedaliera, assistenziale e scolastica – Ministero della Salute 2021; Linee guida per una sana alimentazione- Crea – Rev. 2018; Piano Dietetico Base 2024/2025.

Dalla valutazione dei requisiti di base si è rilevato che il menu:

- soddisfa tutti i requisiti di base di cui ai punti 1-18;
- soddisfa in parte i requisiti di base ad eccezione dei punti:.....



1/2 segue

N°	TABELLA 2 - REQUISITI NUTRIZIONALI DI MIGLIORAMENTO	SI	NO	NR*
1.	Menu stagionale (autunno-inverno/primavera-estate)			
2.	Offerta di altri cereali, oltre a pasta e riso (es. orzo, farro, miglio ecc.), presenti almeno 3 volte/mese			
3.	Piatti a base di legumi più di 1 volta a settimana: proposti come secondo piatto in sostituzione della carne.			
4.	Piatti a base di carne non oltre 1 volta alla settimana dando la preferenza alla carne bianca (pollo, tacchino, coniglio).			
5.	Piatti unici composti da cereali (pasta, riso, ecc) e alimenti prevalentemente proteici (legumi, carne, pesce, formaggi, uova) associati al contorno di verdura			
6.	Verdura di stagione cruda e cotta, almeno quattro varietà nella settimana specificate nel menu			
7.	Frutta fresca di stagione almeno tre varietà nella settimana			
8.	Prodotti biologici e/o a Km 0 presenti nel menù			
9.	Frutta fresca e di stagione proposta come spuntino di metà mattina			
10.	Merende pomeridiane, se presenti, in linea con il documento ATS			
11.	Pane servito dopo il primo piatto			
12.	Distribuzione di verdure prima del primo piatto almeno 1 volta al mese			

*Legenda: P requisito presente; A requisito non presente; NR requisito non rilevabile

Dalla valutazione effettuata si è rilevato che il menu:

- soddisfa tutti i requisiti di miglioramento di cui ai punti 1-12
- soddisfa in parte i requisiti di miglioramento, ad eccezione dei punti:

Data

Firma Operatore

Allegare la presente autovalutazione, compilata e firmata, alla richiesta di valutazione nutrizionale del menù scolastico da inviare alla SC Igiene Alimenti e Nutrizione dell'ATS di Pavia.

Aggiornato: settembre 2024