



## SERVIZIO MENSA SCOLASTICA

### CARTA DEL SERVIZIO

La cucina centralizzata delle scuole medie di Villeneuve si occupa della preparazione dei pasti, per gli alunni e gli insegnanti delle scuole dell'infanzia e primaria dei comuni convenzionati, per gli alunni delle pluriclassi delle scuole interessate dal progetto e per gli alunni, ed i professori che prestano assistenza, della scuola secondaria di primo grado Maria Ida Viglino.

Sono inoltre preparati i pasti per il personale ausiliario delle scuole medie e per i dipendenti della comunità montana e di alcuni comuni membri. In estate, oltre che per il summenzionato personale, sono preparati i pasti per i bambini che frequentano i centri e le attività estive.

#### **La preparazione del menù**

Il menù è predisposto in collaborazione con il servizio igiene degli alimenti e della nutrizione del dipartimento di prevenzione dell'azienda USL Valle d'Aosta, e da quest'ultimo approvato.

È valevole per i tre gradi di scuola cui i pasti sono destinati: infanzia, primaria e secondaria di primo grado. In base all'età dei ragazzi l'azienda USL stabilisce anche dosi e grammature da somministrare.

Il menù, distinto tra estivo ed invernale, è costruito con variazioni giornaliere articolate su quattro settimane, che prevedono l'alternanza di 20 differenti menù giornalieri.

Sono impegnati nella sua preparazione, dal lunedì al sabato, quattro persone, con mansione di cuoco e aiuto cuoco.

L'organizzazione della produzione e della distribuzione dei pasti avviene secondo il *sistema convenzionale*, che si differenzia dal *legame differito*, dove le operazioni di preparazione e cottura e quelle di distribuzione e consumo sono effettuate in tempi e luoghi completamente separati, dal fatto che i cibi vengono cotti e immediatamente distribuiti ai consumatori. In pratica si concentra

tutto il ciclo di preparazione delle vivande nelle ore che precedono il loro servizio e consumo, aumentandone la qualità e riducendo i rischi di contaminazione igienico-sanitaria.

Lo stoccaggio delle derrate, le operazioni di pulitura e mondatura, quelle di taglio, la cottura, preparazione e porzionatura, avvengono giornalmente, nella cucina centralizzata, nel rispetto delle norme e prescrizioni contenute nel *piano di autocontrollo igienico sanitario (HACCP)* di cui al regolamento (CE) n. 852/2004.

Sempre al fine di fornire la maggiore qualità possibile al consumatore finale, nella preparazione del menù sono adottati alcuni accorgimenti che si illustrano di seguito:

- *le verdure* sono cotte preventivamente a vapore in teglie bucate, fatte sgocciolare e successivamente dorate in forno; questo fa sì che risultino più asciutte e meno scotte, dunque più appetitose. In particolare, i broccoli, i finocchi ed i cavolfiori, dopo la scottatura a vapore, e l'eliminazione, una ad una, delle parti di gambo dure e legnose, sono sistemati in teglia, conditi e cosparsi di parmigiano, per essere infine gratinati al forno.
- Nella preparazione dei *minestrone* sono utilizzate molte verdure fresche (porri, sedano, zucca, patate, fagioli, cavoli, ecc.) con aggiunte parziali di verdure gelo, così come avviene anche per i *risotti*, le *frittate* e la *pasta alle verdure*.
- La *purée* è preparata solamente con patate fresche.
- Il *risotto*, per evitare per quanto possibile che scuocia, è preparato cuocendolo preventivamente al forno (riso pilaw), in teglie coperte, raffreddato ed in seguito cotto tradizionalmente in pentola o brasiera.
- I *sughi*, besciamelle, ragù, pomodoro, ecc. sono preparati in cucina.
- La *pizza* è impastata in cucina, tirata nelle teglie, condita con pomodoro e mozzarella, cotta al forno, tagliata e distribuita.
- L'*insalata* fresca è acquistata intera dal verduriere, pulita, tagliata e lavata, poi asciugata. Quando il menù lo prevede è arricchita da carote grattugiate, finocchi freschi o pomodori in stagione.
- Gli *gnocchi alla romana* di semolino sono interamente preparati dalla cucina.

Particolare attenzione è rivolta all'utilizzo dei *condimenti*:

- per preservare i sapori delle materie prime ed insaporirle in modo sano e più naturale possibile, si è provveduto a preparare un sale (iodato) aromatizzato con erbe e spezie. Così facendo si usa il dado in modo sempre più sporadico, cercando di esaltare gusti e profumi propri dei cibi e non coprendoli con esaltatori artificiali che di naturale hanno ben poco. A tal proposito si utilizza anche un battuto composto da cipolle, sedano, porri, aglio ecc. che si impiega nelle varie preparazioni.
- Particolare riguardo è posto all'utilizzo dei grassi in genere, ma soprattutto dei grassi saturi: in particolare si utilizza il burro raramente e solo a crudo (mai fritto). Si usa in prevalenza olio di oliva extra vergine, olio di oliva e, per le frittate, olio di arachide. Nel nostro menù mensile sono inseriti pochissimi piatti fritti, tant'è vero che la friggitrice è stata eliminata dalla cucina ormai da tanti anni. Si predilige la cottura combinata nei forni misti vapore-convezione.

## **Le materie prime**

La qualità dei pasti forniti, oltre che dall'organizzazione del servizio e dalla professionalità del personale coinvolto, dipende in buona misura anche dalla qualità delle materie prime utilizzate.

Un importante valore aggiunto in termini di sapore e qualità è dato dall'acquisto di prodotti freschi.

Proprio per questo motivo è allo studio l'approvvigionamento presso produttori locali di frutta e verdura fresche, dove le principali difficoltà sono dovute al fatto che i periodi di maggiore produzione coincidono con quelli di minore operatività della cucina.

Inoltre, pur nel rispetto dei vincoli imposti alla spesa di tutti gli enti pubblici, che impongono gare pubbliche per l'affidamento delle forniture, nella cucina centralizzata delle scuole medie di Villeneuve sono impiegati, nella preparazione quotidiana dei pasti, prodotti della tradizione e dell'agricoltura valdostana a chilometri zero:

patate in attesa di certificazione bio coltivate sul territorio della comunità montana, mele e patate della Cofruits, vini della Cave des onze communes, fontina DOP, formaggio molle, toma, burro e burro di panna pastorizzata, primo sale, reblec, ricotta e séras prodotti in Valle d'Aosta, carne AREV, salsicetta, lardo alle erbe e pancetta prodotti in Valle d'Aosta.

Solamente quando non è possibile reperire materie prime fresche si ricorre al gelo.

Si ricercano cibi sempre più genuini, eliminando o sostituendo le materie prime contenenti ingredienti non ben identificati o identificabili (grassi di origine animale, grassi idrogenati, olii di palma, coloranti, conservanti, margarine, glutammati o esaltatori di sapidità e di gusti ecc.). I cibi troppo elaborati e manipolati, che si trovano sempre più spesso in commercio, sono eliminati dal menù, cercando così di renderlo il più sano possibile.

## **Le diete particolari**

Un aspetto importante dell'attività della cucina centralizzata delle scuole medie di Villeneuve è quello della preparazione delle diete.

Nelle intolleranze e nelle allergie ad alimenti la dieta svolge un ruolo necessario ed indispensabile. Va rimarcato infatti che l'alimentazione, se non adeguata alle esigenze cliniche dell'utente, può rappresentare essa stessa un grave pericolo per la salute con la comparsa di reazioni avverse talvolta in grado di minacciare la vita dell'individuo.

L'epidemiologia non ci fornisce ancora dati precisi per la popolazione italiana, ma dati europei definiscono che le reazioni avverse agli alimenti hanno una prevalenza compresa fra l'1% ed il 2% nella popolazione adulta, con percentuali maggiori comprese tra il 3% e l'8%, nella popolazione infantile. I bambini che necessitano di regimi dietetici particolari rappresentano in media circa il 3-5% della popolazione scolastica e, di questi, l'85% è affetto da intolleranze o da allergie, spesso multiple, nei confronti di diversi alimenti, che condizionano pesantemente la loro alimentazione.

Oltre alle intolleranze ed alle allergie esiste poi tutta una gamma di patologie croniche, per le quali la dieta rappresenta il fondamento terapeutico per il mantenimento di un buono stato di salute e per il controllo della malattia: esempi ne sono il diabete mellito, la celiachia, il favismo, l'ipercolesterolemia.

In questi casi è evidente che la dieta, essendo parte integrante della terapia, è da attuarsi, oltre che a casa, anche in mensa e ciò comporta una particolare attenzione ed organizzazione in ogni fase del servizio: dalla stesura del menù, all'acquisto e lo stoccaggio delle materie prime, alla preparazione e somministrazione dei pasti.

Considerato che il pasto in mensa dovrebbe fornire circa il 40% delle kcal giornaliere e rivestire un ruolo educativo importante, il bambino con queste patologie, che sono spesso a lungo termine, non deve essere penalizzato dalla sua condizione, ma anch'egli, come i suoi compagni, deve essere messo in grado di variare il più possibile la sua alimentazione, compatibilmente con la sua malattia. La necessità scaturisce anche dal fatto che i bambini, soggetti a restrizioni alimentari plurime, rischiano, se non ben compensati, di andare incontro a carenze nutrizionali nel delicato periodo dell'accrescimento.

Pertanto, considerato che le tabelle dietetiche utilizzate nell'ambito della ristorazione scolastica, prevedono la presenza nel menù di alimenti protettivi, come pesce, frutta, verdura e legumi, allo scopo di promuovere abitudini alimentari corrette, tali criteri devono essere mantenuti anche per il bambino a regime di dieta speciale e quindi il servizio di ristorazione deve essere adeguato a rispondere a questa necessità.

L'obiettivo è quello di offrire un'alimentazione nutrizionalmente equilibrata e varia, pur nel rispetto delle esigenze cliniche di bambini con diagnosi certa di reazione avversa ad alimenti, evitando di farli sentire "diversi" ed isolati e cercando di mantenere l'importante ruolo socializzante ed educativo del condividere il pasto.

Il piano di autocontrollo igienico sanitario adottato disciplina dettagliatamente la procedura per la gestione delle diete speciali.

### **La merenda mattutina**

Gli alunni della scuola secondaria di primo grado Maria Ida Viglino possono consumare, a metà mattina, un panino fresco farcito, a scelta, con salame, prosciutto cotto, crema nocciole e cacao biologica, formaggio o tacchino.

### **Il trasporto**

Una parte importantissima del servizio è il trasporto. La temperatura dei pasti trasportati non può scendere al di sotto dei 65°. Considerando che i contenitori in polipropilene utilizzati hanno una dispersione di circa 2° l'ora, e che non trascorrono più di due ore dalla loro chiusura alla somministrazione, i pasti caldi preparati dalla cucina sono introdotti nei contenitori ad una temperatura superiore ai 70°.

Tutti i contenitori interni in acciaio, prima di essere riempiti, sono preriscaldati nei forni o nei mantenitori di temperatura per poi essere introdotti, il più velocemente possibile, nei contenitori in polipropilene espanso, i quali, a loro volta, devono essere tempestivamente chiusi per evitare dispersioni di calore.

Con la stessa attenzione sono trasportati i cibi refrigerati che devono mantenere una temperatura di 5/6 gradi.

I controlli interni relativi alla temperatura dei cibi sono effettuati con cadenza almeno mensile.

### **I controlli**

In ristorazione collettiva l'aspetto della sicurezza alimentare riguarda due temi fondamentali: quello dell'igiene e cioè l'assenza di contaminanti biologici, chimici e particellari che possano produrre un danno alla salute del consumatore e quello della protezione nei riguardi delle allergie e intolleranze alimentari.

Oltre ai controlli periodici svolti dai vigili sanitari dell'azienda USL della Valle d'Aosta e dai carabinieri del nucleo antisofisticazioni (NAS), la comunità montana provvede ad attivare tutte le procedure di autocontrollo descritte nel proprio piano di autocontrollo igienico – sanitario adottato, oltre a far effettuare autonomamente analisi microbiologiche a supporto dell'attività di autocontrollo.

Copia del vigente piano di autocontrollo è disponibile sul sito internet della comunità montana Grand Paradis, seguendo il percorso documentazione/servizio mensa.

Sempre al fine di verificare la qualità dei pasti forniti, in modo particolare alle scuole dell'infanzia e primaria dei comuni convenzionati, il responsabile del servizio mensa ed il capo cuoco effettuano periodicamente visite alle refezioni, per raccogliere direttamente informazioni relative ai pasti ed osservazioni ed eventuali suggerimenti per il miglioramento del servizio. Interlocutrici negli incontri sono le maestre e le assistenti di tutte le scuole dell'infanzia e primarie. Le date e gli orari delle visite sono preventivamente comunicati ai comuni con la richiesta di avvisare le scuole. Al termine delle visite è redatta una relazione in merito all'esito dei sopralluoghi che è acquisita agli atti e trasmessa per conoscenza ai comuni convenzionati.

### **La riduzione degli sprechi**

Siccome il numero degli utenti che usufruiscono del pasto varia anche sensibilmente da giorno a giorno (a volte anche di 50/60 unità) rispetto alla settimana precedente, le eccedenze alimentari cucinate o preparate sono recuperate per quanto possibile, rielaborando ricette e ottenendo piatti gustosi ed apprezzati.

Il pane del giorno prima è tagliato a fette, condito con un filo di olio di oliva e sale aromatizzato preparato dalla cucina e tostato in forno (molto apprezzato dai ragazzi); con il resto del pane avanzato si preparano ancora crostini da consumare con le minestre e pane grattugiato. Le carni

cotte sono abbattute e mantenute all'occorrenza sotto vuoto e poi utilizzate per polpettoni, sughi, lasagne ecc. così come i fondi ed i ritagli di affettati. La frutta è trasformata in macedonia, frutta cotta e frullati di frutta.