SCHEDA DI VALUTAZIONE NUTRIZIONALE MENU SCOLASTICO

Sistema Socio Sanitario
Regione Lombardia
ATS Milano
Città Metropolitana

Class. 02.03.08

INFANZIA PRIMARIA SECONDARIA 1°GRADO	**Scuole di ogni ordine e grado – Menù invernale 2019-2020**
COMUNE	**Pioltello**

La valutazione del menu viene effettuata secondo criteri nutrizionali, basati sulle evidenze scientifiche, che tengono conto sia di aspetti quantitativi che qualitativi, in termini di varietà e frequenza di consumo, in un'ottica di prevenzione nutrizionale delle malattie cronico-degenerative. Sono stati individuati requisiti nutrizionali minimi e di miglioramento, come percorso da intraprendere e sviluppare con l'obiettivo di offrire menu nutrizionalmente equilibrati ed in linea con obiettivi di salute.
Documenti di riferimento: LARN IV revisione 2014; "Mangiar sano ... a scuola – documento di indirizzo per l'elaborazione dei menù nella ristorazione scolastica ", pubblicato da ATS Città metropolitana di Milano e reperibile sul sito http://www.ats-milano.it.

N°	REQUISITI NUTRIZIONALI DI BASE	P/A/NR*
1.	Menu stagionale	P
2.	Menu articolato su almeno 4 settimane	P
3.	Verdura preferibilmente di stagione almeno 1 porzione ad ogni pasto	A
4.	Frutta fresca di stagione 1 porzione ad ogni pasto	A
5.	Piatti a base di cereali ad ogni pasto, ad eccezione di quando sono presenti le patate come primo piatto	P
6.	Cereali (grano, riso, orzo, farro, mais, miglio ecc.), almeno 3 tipologie nel mese	P
7.	Pane a ridotto contenuto di sale (1,7% farina), da dichiarazione	P
8.	Patate 0-1 volta alla settimana	P
9.	Piatti a base di pesce almeno 1 volta a settimana	P*
10.	Piatti a base di legumi almeno 1 volta alla settimana	A
11.	Piatti a base di carne non oltre 2 volte alla settimana , variandone la tipologia	P
12.	Piatti a base di formaggio non oltre 1 volta alla settimana	P*
13.	Piatti a base di uova non oltre 1 volta alla settimana	P
14.	Grammature in linea con il documento ATS	A
15.	Olio di oliva extravergine come unico condimento, da dichiarazione	P
16.	Sale iodato, da dichiarazione	P

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

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

X soddisfa in parte i requisiti di base, ad eccezione dei punti 3,4,10, 14,12*e 9*

Punto 3: Le verdure sono alimenti protettivi, ricchi di acqua, fibre e micronutrienti (Vitamine, Sali minerali, Antiossidanti). Il contenuto di Vitamine e Sali minerali è differente tra i vari tipi di verdura; pertanto variare consente di assicurare l'apporto di tutti i micronutrienti necessari per un buono stato di salute.