

Le *Linee di indirizzo nazionale per la ristorazione ospedaliera, assistenziale e scolastica* (Ministero della Salute nel 2021) ribadiscono che: **"il pasto a scuola deve prevedere la possibilità di pasti specifici per determinate condizioni cliniche (allergie/intolleranze) o esigenze etiche/culturali/religiose"**.

Già nel 2010 le linee di indirizzo nazionale per la ristorazione scolastica del Ministero della Salute specificavano che *"Vanno assicurate anche adeguate sostituzioni di alimenti correlate a ragioni etico-religiose o culturali. Tali sostituzioni **non richiedono certificazione medica**, ma la semplice richiesta dei genitori"*.

È importante che, allo stesso tempo, i menu rispondenti alle suddette esigenze siano adeguati dal punto di vista nutrizionale e, in particolare, nei menu che prevedono l'esclusione in parte o in toto di alimenti di origine animale, è necessario che la famiglia (auspicabilmente con il supporto del pediatra e/o di un esperto in nutrizione) si occupi delle eventuali integrazioni.

Anche in questo caso, come per le diete speciali, il menu dovrà essere **il più possibile sovrapponibile** a quello giornaliero standard per evitare la monotonia delle proposte e riflessi psicologici negativi.

MENU SCOLASTICI – MENU PER ESIGENZE ETICHE/CULTURALI/RELIGIOSE

Menu di 4 settimane - su 5 giorni

Alimento	MENU SENZA CARNE	MENU SENZA CARNE E PESCE	MENU SENZA PROTEINE DI ORIGINE ANIMALE(*)
Pane fresco a ridotto contenuto di sale (comune o integrale)	Tutti i giorni	Tutti i giorni	Tutti i giorni
Cereali e pseudocereali	Tutti i giorni	Tutti i giorni	Tutti i giorni
Legumi	1-2 porzioni a settimana (4-8 al mese)	2-3 porzioni a settimana (8- 12 al mese)	1 porzione / pasto
Carne	//	//	//
Pesce	1-2 porzioni a settimana (4-8 al mese)	//	//
Uova	3-5 al mese	4-6 al mese	//
Formaggio	3-5 al mese	4-6 al mese	//
Verdura	1 porzione a pasto	1 porzione a pasto	1 porzione a pasto
Patate	0-1 porzione a settimana (0-2 al mese)	0-1 porzione a settimana (0-2 al mese)	0-1 porzione a settimana (0-2 al mese)
Olio extravergine di oliva	Tutti i giorni	Tutti i giorni	Tutti i giorni
Frutta fresca di stagione	Tutti i giorni	Tutti i giorni	Tutti i giorni

(*) Questo menù non apporta vitamina B12 che dovrà essere integrata a cura della famiglia. Il menù potrebbe essere anche carente in ferro, calcio, zinco, iodio e vitamina D, nutrienti per il quale si consiglia un attento monitoraggio e apporto negli altri pasti giornalieri.

Si evidenzia che il menu rappresenta solo una parte della giornata alimentare del bambino e, trattandosi di alimentazione restrittiva, priva di alimenti di origine animale, è importante che la dieta giornaliera del bambino venga pianificata e opportunamente integrata da professionisti della nutrizione o dal pediatra.

ATS Brescia – Sede Legale: viale Duca degli Abruzzi, 15 – 25124 Brescia

Tel. 030.38381 - www.ats-brescia.it

Posta certificata: protocollo@pec.ats-brescia.it

Codice Fiscale e Partita IVA: 03775430980