

LINEE DI INDIRIZZO PER LA GESTIONE DELLA CELIACHIA NELLA RISTORAZIONE SCOLASTICA

Anno 2025

*A cura di:
U.O. Igiene Alimenti e Nutrizione, Dipartimento di Prevenzione*

*Si ringrazia AIC Trentino (Associazione Italiana Celiachia del Trentino)
per il contributo*

INDICE

1. INTRODUZIONE ALLA CELIACHIA	4
2. LA DIETA SENZA GLUTINE.....	4
2.1. Alimenti permessi.....	4
2.2. Alimenti a rischio.....	5
2.3. Alimenti vietati.....	7
3. DISPOSIZIONI NORMATIVE	8
4. BUONE PRATICHE PER LA PRODUZIONE DI PASTI SENZA GLUTINE	9
4.1. Approvvigionamento degli alimenti.....	9
4.2. Stoccaggio e conservazione.....	9
4.3. Preparazione del pasto	10
4.4. Stoccaggio temporaneo semilavorati e piatto finito	12
4.5. Confezionamento e trasporto del pasto.....	12
4.6. Somministrazione del pasto	12
4.7. Formazione del personale	13
5. INDICAZIONI PRATICHE PER LA STESURA DI UN MENU' SENZA GLUTINE	13
6. BIBLIOGRAFIA E SITOGRAFIA.....	16

1. INTRODUZIONE ALLA CELIACHIA

La celiachia, o malattia celiaca, è un'inflammatione cronica dell'intestino scatenata dall'ingestione di glutine in soggetti geneticamente predisposti.

Il glutine è la frazione proteica contenuta in alcuni cereali come grano, farro, spelta, segale, kamut, orzo e altri cereali minori. Tale complesso proteico provoca, nei soggetti celiaci, una risposta infiammatoria cronica abnorme a livello della mucosa dell'intestino tenue, che determina l'atrofia dei villi intestinali con conseguente malassorbimento dei nutrienti.

I sintomi con cui si presenta la celiachia sono estremamente variabili:

- forma tipica → sintomi intestinali quali diarrea, vomito, dolori addominali, gonfiore e meteorismo, stipsi
- forma atipica → sintomi extra intestinali quali rallentamento della crescita, perdita di peso, stanchezza e affaticamento, alopecia, dermatite, psoriasi, osteoporosi e osteopenia, infertilità, aborti, disturbi del ciclo mestruale, atassia, parestesie, aftosi del cavo orale

Ad oggi, l'unica terapia possibile per la malattia celiachia è una scrupolosa e permanente dieta priva di glutine che permette la normalizzazione della mucosa intestinale, con conseguente eliminazione del malassorbimento, la remissione della sintomatologia, il miglioramento della qualità di vita e la prevenzione delle complicanze (altre malattie autoimmuni, osteoporosi precoce, celiachia refrattaria, linfoma intestinale...).

2. LA DIETA SENZA GLUTINE

La dieta senza glutine prevede l'eliminazione dei cereali contenenti glutine, degli alimenti da essi derivati e di tutti i prodotti lavorati e/o confezionati in cui il glutine viene aggiunto come ingrediente o additivo.

Tutti gli alimenti sono stati classificati, in riferimento al rischio di contenere o meno glutine, in:

- permessi
- a rischio
- vietati

2.1. Alimenti permessi

Gli alimenti permessi, che pertanto possono essere consumati liberamente dal soggetto celiaco, si distinguono in due tipologie: alimenti **senza glutine adatti ai celiaci** e alimenti **senza glutine specificamente formulati per celiaci**.

Gli alimenti senza glutine adatti ai celiaci sono alimenti naturalmente privi di glutine che non presentano rischio di contaminazione durante il loro processo produttivo:

- cereali quali riso, mais, miglio, sorgo, teff, fonio in chicchi
- pseudocereali quali quinoa, amaranto e grano saraceno in chicchi
- tuberi quali patate e manioca
- carne (suino, bovino, ovino, caprino, avicole)
- pesce e molluschi
- prosciutto crudo, bresaola, speck, culatello
- formaggi freschi e stagionati
- grana padano DOP e parmigiano reggiano DOP grattugiati
- uova e uova trasformate quali uova pastorizzate prive di additivi e aromi
- legumi
- verdura
- frutta
- latte, yogurt al naturale e panna
- grassi da condimento
- aceto di vino, aceto di mele, aceto balsamico DOP e IGP
- sale ed erbe aromatiche
- zucchero, miele
- marmellata, confettura e composta di frutta
- lievito di birra, fresco o secco

Tali alimenti sono sicuri purchè siano tal quali e non prodotti lavorati e/o trasformati.

Gli alimenti senza glutine specificamente formulati per celiaci invece sono alimenti sostitutivi (pasta, pane, prodotti da forno) espressamente preparati sostituendo gli ingredienti contenenti glutine con ingredienti che ne sono privi.

Il Regolamento UE 828/2014 rende possibile alle aziende di scrivere in etichetta la dicitura "senza glutine" solo qualora l'azienda possa assicurare sia l'assenza di ingredienti contenenti glutine sia l'assenza di potenziali fonti di contaminazione nel processo produttivo. I prodotti senza glutine devono avere per legge un quantitativo di glutine < 20 mg/kg (<20 ppm).

Attenzione: controllare sempre le etichette nutrizionali prima dell'utilizzo dell'alimento in quanto in alcuni prodotti potrebbe esserci scritto "può contenere tracce di glutine"

2.2. Alimenti a rischio

Sono considerati a rischio gli alimenti di cui non si hanno certezze su composizione e provenienza.

I prodotti derivati da alimenti naturalmente privi di glutine che hanno subito una lavorazione sono spesso prodotti a rischio in quanto potrebbero contenere glutine come

additivo o esserne stati contaminati nelle fasi di produzione. Pertanto, possono essere consumati solo dopo aver accertato l'assenza di glutine.

- farine, fecole, amidi, creme e fiocchi di cereali permessi
- farina per polenta e polenta pronta
- farina di castagne, mandorle, ceci, soia...
- tapioca
- risotti pronti
- prodotti a base di avena
- salumi e insaccati (coppa, cotechino, mortadella, pancetta, prosciutto cotto, salame, salsiccia, wurstel, pollo e tacchino affettati)
- carne in scatola, hamburger
- pesce conservato (es. al naturale, sott'olio, sotto sale, affumicato)
- omogeneizzati di carne, pesce, prosciutto, formaggio, verdura, frutta
- dadi ed estratti di brodo o insaporiti, preparati per brodo
- zuppe, minestre o liofilizzati per minestre e zuppe già pronte
- verdure conservate
- patatine prefritte e/o surgelate
- patatine in sacchetto (snack)
- pop corn confezionati
- purè pronto, istantaneo o surgelato
- latte addizionato con cacao o altre sostanze, latte di crescita
- formaggi fusi, formaggini
- formaggi spalmabili con aggiunta di addensanti o altre sostanze
- mix di formaggi grattugiati
- yogurt alla frutta, yogurt bianco con aggiunta di aromi o altre sostanze
- bevande vegetali (soia, riso, mandorla, cocco, avena...)
- frutta candita, caramellata
- mousse e frullati di frutta miscelati con altri ingredienti
- margarina
- aceto aromatizzato, balsamico non DOP e non IGP
- sughi pronti (es. pesto)
- salse (maionese, ketchup...)
- creme, dessert, budini
- caramelle, chewing-gum
- cacao in polvere
- cioccolato, creme spalmabili
- gelati
- marzapane
- torrone
- zucchero a velo
- lievito chimico

Per contaminazione si intende l'aggiunta involontaria di piccole quantità di glutine al prodotto alimentare a causa di eventi accidentali e pertanto non controllabili. Le contaminazioni accidentali possono essere distinte in:

- contaminazioni crociate; avvengono quando un prodotto senza glutine viene a contatto con alimenti con glutine durante una o più fasi della filiera produttiva
- contaminazioni ambientali; avvengono a causa di comportamenti scorretti durante la preparazione di pasti da parte dei consumatori stessi o da parte degli operatori della ristorazione collettiva.

Strumenti per valutare l'idoneità di un alimento a rischio

- Claim "senza glutine" in etichetta
- Il Registro Nazionale dei prodotti senza glutine del Ministero della Salute per gli alimenti sostitutivi specificatamente formulati per celiaci
<https://www.salute.gov.it/new/it/tema/alimenti-particolari-integratori-e-novel-food/registro-nazionale-alimenti-fini-medici-speciali/>

- Il logo del Ministero della Salute



- Il Prontuario elaborato da AIC (Associazione Italiana Celiachia) che presenta l'elenco dei prodotti di cui le aziende certificano l'assenza di glutine; l'elenco completo e aggiornato dei prodotti è consultabile nel sito www.celiachia.it
- Il simbolo "Spiga Barrata" di proprietà dell'AIC; le imprese, per poter utilizzare il simbolo, devono essere autorizzate dalla stessa previa verifica di impianti e processi di produzione



2.3. Alimenti vietati

Gli alimenti vietati sono tutti i cereali che contengono naturalmente glutine e gli alimenti che derivano dalla lavorazione di tali cereali.

- frumento, kamut, segale, orzo, farro, avena, triticale, spelta
- bulgur e cous cous
- pane e prodotti da forno dolci e salati preparati con cereali vietati
- biscotti, fette biscottate, torte, pasticcini, brioche, merendine
- seitan
- primi piatti (pasta, gnocchi, ravioli...) preparati con cereali vietati
- polenta taragna (se la farina di grano saraceno è miscelata con farina di grano)
- malto
- crusca dei cereali vietati

- cibi infarinati ed impanati
- frutta secca o disidratata infarinata
- yogurt ai cereali

Meglio evitare l'avena in quanto può essere contaminata nel corso della lavorazione ed inoltre può risultare mal tollerata da una piccola percentuale di celiaci per il contenuto di avenina (proteina che ha un effetto simile a quello del glutine di grano, orzo e segale).

3. DISPOSIZIONI NORMATIVE

Nel 2005 è stata approvata la Legge Quadro n°123 "Norme per la protezione dei soggetti malati di celiachia" che riconosce la celiachia come malattia sociale ed ha la finalità di favorire il normale inserimento nella vita sociale dei soggetti celiaci. La legge 123/2005 impegna le ristorazioni scolastiche, ospedaliere e pubbliche a fornire pasti senza glutine a chi ne faccia richiesta, con il fine di agevolare l'inserimento dei celiaci attraverso un accesso equo e sicuro ai servizi di ristorazione collettiva sociale. All'art. 4 paragrafo 3 infatti si afferma che "nelle mense delle strutture scolastiche e ospedaliere e nelle mense delle strutture pubbliche devono essere somministrati, previa richiesta degli interessati, anche pasti senza glutine".

La ristorazione collettiva, ed in particolare quella scolastica, è stata individuata come strumento prioritario per promuovere la salute ed educare ad una corretta alimentazione. Come riportato dalle linee di indirizzo nazionale, gli obiettivi della ristorazione scolastica riguardano, oltre che la promozione di abitudini alimentari corrette, anche la garanzia della sicurezza igienico-sanitaria, del gradimento sensoriale e la soddisfazione dell'utenza. Pertanto ha il dovere di tutelare la salute anche dei soggetti celiaci garantendo loro un pasto sicuro privo di glutine.

La produzione, la preparazione e la somministrazione degli alimenti senza glutine devono essere svolte nel rispetto di precisi requisiti strutturali e gestionali al fine di garantire il controllo del rischio di contaminazioni accidentali da parte di altri alimenti contenenti glutine.

Per la corretta gestione di tutto il processo, che va dalla preparazione alla somministrazione della dieta speciale, è necessaria la formazione, la consapevolezza e la sensibilizzazione di tutti gli operatori coinvolti: dal personale di cucina al personale che assiste al consumo del pasto.

Gli OSA (operatori del settore alimentare) dovranno osservare le procedure del Piano di autocontrollo appositamente previste per la gestione del rischio allergeni, ed in particolare per il rischio glutine, e rispettare le buone pratiche di lavorazione per garantire la sicurezza alimentare.

Di seguito sono riportate le indicazioni indispensabili alla preparazione di pasti senza glutine nella ristorazione scolastica.

4. BUONE PRATICHE PER LA PRODUZIONE DI PASTI SENZA GLUTINE

Porre particolare attenzione ai seguenti punti:

- ❖ approvvigionamento degli alimenti
- ❖ stoccaggio e conservazione
- ❖ preparazione del pasto
- ❖ confezionamento del pasto
- ❖ somministrazione del pasto
- ❖ formazione del personale

4.1. Approvvigionamento degli alimenti

I prodotti idonei che possono essere utilizzati per la preparazione senza glutine sono:

- materie prime naturalmente prive di glutine all'origine e non lavorate (es. verdura e frutta fresche, riso, mais, carne, pesce, uova, latte ecc...)
- alimenti di uso corrente riportanti la dicitura "senza glutine" in etichetta

Si precisa che i derivati degli alimenti naturalmente privi di glutine sono prodotti a rischio, in quanto hanno subito una trasformazione, e pertanto devono riportare la dicitura "senza glutine" (es. farina di mais per polenta, fecola di patate)

La verifica da parte dell'OSA delle materie prime utilizzate è determinante sul risultato finale della produzione:

- se presente un capitolato d'appalto dovrà essere prevista una specifica relativa all'acquisto di alimenti specificatamente destinati ai celiaci
- prestare la massima attenzione alle etichette, all'integrità della confezione ed alla provenienza
- rifiutare la merce non conforme
- rendere possibile la rintracciabilità del prodotto (conservare lotto della confezione)

4.2. Stoccaggio e conservazione

Lo stoccaggio deve essere effettuato seguendo le seguenti regole:

- i prodotti destinati alla produzione di alimenti senza glutine devono essere immagazzinati in appositi locali/spazi/arredi facilmente identificabili e protetti
- qualora i locali fossero ridotti, può essere concesso l'utilizzo di uno spazio comune, a condizione che i prodotti senza glutine siano posizionati sui ripiani superiori degli scaffali - separati da altri alimenti - all'interno di contenitori chiusi e dedicati, distinguibili da apposita etichettatura
- i prodotti deperibili devono essere conservati in un frigorifero o congelatore riservati
- qualora non fosse disponibile avere attrezzature dedicate, i prodotti devono essere riposti in contenitori identificati sistemati in posizione non a rischio (ripiano superiore)
- qualora le confezioni siano state aperte, devono risultare efficacemente protette con idonei sistemi di chiusura (contenitori ermetici, sacchetti o pellicole per alimenti); mantenere sempre l'etichetta originale dei prodotti in uso e registrare la data di apertura

4.3. Preparazione del pasto

La preparazione di pasti senza glutine deve essere svolta nel rispetto di alcune regole fondamentali e specifiche caratteristiche strutturali e gestionali, soprattutto se le preparazioni sono effettuate in ambienti promiscui e non dedicati, al fine di assicurare il controllo del rischio di contaminazione con alimenti fonte di glutine.

Cucina:

È necessario che le preparazioni vengano allestite in modo tale da escludere qualsiasi contatto con alimenti contenenti glutine.

1. Durante il trasporto dal magazzino alla cucina è consigliabile non trasportare contemporaneamente prodotti con e senza glutine per evitare il rischio di scambio
2. Prima di avviare la merce preconfezionata alla lavorazione, togliere l'imballo secondario (es. cartone, legno) poichè potrebbe essere stato contaminato da glutine durante il trasporto
3. I pasti senza glutine devono essere preparati in locali dedicati e separati da quelli destinati alla preparazione dei pasti tradizionali, dotati di piani di lavoro con attrezzature ed utensili dedicati
4. Qualora non fosse possibile avere zone dedicate separate, occorre iniziare il ciclo di lavorazione con la preparazione degli alimenti senza glutine previa accurata sanificazione di superfici, utensili e attrezzature (forni, forni a microonde, piano cottura)
5. Evitare di effettuare lavorazioni su piani di lavoro posizionati sotto a scaffalature dove si conservano alimenti con glutine

6. Utilizzare pentole, stoviglie, posate, taglieri, setacci, colini, tegami, teglie e contenitori puliti; cercare di conservare i contenitori e le pentole capovolti
7. Particolari attrezzature quali scolapasta, grattugia, tritatutto, tostapane, impastatrice, che per la loro struttura sono di difficile pulizia, devono essere ad uso esclusivo per le preparazioni senza glutine
8. Utilizzare farine/amidi/pane grattugiato/fecola di patate senza glutine per impanare (es. cotolette), infarinare (es. scaloppine), addensare (es. besciamella), amalgamare (es. polpette); è consigliabile usare tali ingredienti anche per le preparazioni comuni e non solo per quelle senza glutine, in modo da limitare maggiormente il rischio di contaminazione
9. Evitare la contemporanea esecuzione di preparazioni che possono causare dispersione di farina in ambiente
10. Usare sempre sale, formaggio grattugiato, spezie e zucchero conservati in contenitori riservati al senza glutine (dosatori chiusi, non contaminabili)
11. Non cuocere la pasta senza glutine nella stessa acqua dove si è cotta la pasta o altri alimenti con glutine; non utilizzare acqua di cottura contaminata da glutine per allungare risotti, sughi o altre preparazioni
12. Non utilizzare gli stessi cestelli per la cottura di alimenti con e senza glutine
13. Per la cottura in forno o sulla piastra, è ammesso l'utilizzo di attrezzature comuni utilizzate in tempi diversi previa accurata pulizia (precedenza all'alimento senza glutine); è concesso l'utilizzo promiscuo del forno solo per riscaldare una preparazione senza glutine, previa accurata copertura della stessa
14. Non tagliare il pane senza glutine sullo stesso tagliere utilizzato per il pane tradizionale e distribuirlo in modo separato
15. Non appoggiare mai l'alimento senza glutine direttamente su superfici potenzialmente contaminate, neppure temporaneamente
16. Prestare attenzione ai piani di cottura dei forni, alle griglie, alle piastre, agli stampi che presentano disegni, rilievi, scanalature, perché il lavaggio può non essere adeguato; pertanto usare teglie dedicate, fogli di alluminio, carta da forno

Comportamento del personale:

1. Lavare accuratamente le mani prima di maneggiare qualsiasi cibo
2. Indossare divise pulite e dedicate
3. Coprire la divisa con grembiuli monouso qualora non si possa garantire una divisione spaziale e/o temporale delle preparazioni (ossia quando un alimento senza glutine venga preparato **successivamente** ad una preparazione con glutine)
4. Utilizzare solo asciugamani in carta monouso
5. Non maneggiare utensili non lavati già utilizzati per alimenti contenenti glutine

4.4. Stoccaggio temporaneo semilavorati e piatto finito

Sia il prodotto senza glutine semilavorato in attesa di cottura sia la pietanza già a preparazione ultimata devono essere necessariamente stoccati in attesa del consumo del pasto in:

- confezioni ben sigillate e identificabili (ad esempio potrebbero essere utilizzati etichette colorate e/o contenitori diversi da quelli per le preparazioni convenzionali)
- contenitori riservati

4.5. Confezionamento e trasporto del pasto

I pasti senza glutine dovranno essere confezionati in contenitori monoporzione distintamente per primo piatto, secondo piatto e contorno, in maniera protetta (ad esempio piatto coperto con carta stagnola o sigillato) al fine di evitare possibili contaminazioni. I contenitori devono essere chiaramente identificati con nominativo leggibile e sede dell'utente destinatario al fine di escludere la possibilità di scambi di contenitori. I pasti speciali dovranno rimanere separati dai pasti comuni sino al momento del consumo (anche in frigorifero o nel forno e durante il trasporto).

Il trasporto da un centro di cottura ad un terminale di distribuzione dovrà avvenire nel rispetto della catena del freddo e del caldo – analogamente agli altri pasti – utilizzando però contenitori termici dedicati per evitare, in caso di sversamenti accidentati durante il tragitto, la contaminazione.

4.6. Somministrazione del pasto

Durante la somministrazione è fondamentale:

- verificare la corrispondenza tra le diete consegnate e il nominativo dell'alunno
- lavarsi le mani prima di iniziare il servizio ed effettuare il servizio delle diete con grembiuli non infarinati
- servire prima le diete senza glutine
- assicurarsi che tovaglie e tavoli siano puliti e prestare attenzione alla presenza di briciole di pane

Inoltre:

- in sala di somministrazione il tavolo destinato ad accogliere un utente celiaco non deve essere precedentemente apparecchiato con pane, grissini, cracker, dolci contenenti glutine: ciò al fine di evitare l'erroneo consumo di alimenti non idonei

- il pane è bene sia distribuito a tavola, ad ogni singolo/a bambino/a, solo al momento del secondo piatto

Durante il consumo del pasto il soggetto celiaco non va isolato dal resto dei compagni; per maggior sorveglianza potrebbe sedere a fianco dell'insegnante.

In particolare l'insegnante deve:

- effettuare controllo visivo avente a oggetto la corrispondenza tra il nome del/la bambino/a e il nominativo sui recipienti contenenti le portate della dieta; in caso di dubbio, deve far sospendere la somministrazione e contattare immediatamente il produttore della dieta
- evitare lo scambio di posate tra bambini
- insegnare a non scambiare il pane con i compagni celiaci ed a spezzare il pane dal lato opposto rispetto al/la bambino/a celiaco/a
- preventivamente lavarsi le mani nel caso abbia consumato pane/sfarinati con glutine e aiuti i bambini nel tagliare la carne o a porzionare/sbucciare la frutta

Nel caso di rotazioni degli insegnanti nel servizio mensa, si consiglia di stabilire una procedura interna al fine di evitare che il/la bambino/a a dieta non venga riconosciuto/a dall'insegnante e che si instaurino comportamenti contraddittori nei confronti della gestione della celiachia.

4.7. Formazione del personale

Il personale di cucina deve essere adeguatamente formato circa l'igiene degli alimenti e l'applicazione delle misure di autocontrollo e dei principi HACCP correlati ai rischi connessi a questa specifica attività. Tale formazione riguarda il responsabile dell'attività, il responsabile dell'autocontrollo, il personale direttamente coinvolto nella preparazione e somministrazione dei pasti e prevede un costante aggiornamento.

E' importante inoltre l'adeguata formazione del personale in merito all'osservanza di alcune regole: corretto utilizzo del tovagliato, adeguato posizionamento di prodotti contenenti glutine sul tavolo (es. pane), identificazione dei piatti destinati ai soggetti celiaci al fine di evitare il rischio di scambio di pietanze. La procedura deve essere esposta in cucina e nella sala dove mangia l'utente celiaco e tutto il personale deve esserne messo a conoscenza.

5. INDICAZIONI PRATICHE PER LA STESURA DI UN MENU' SENZA GLUTINE

Il principio fondamentale cui deve ispirarsi la creazione di un menù speciale nella ristorazione scolastica è quello di garantire la tutela della salute del bambino prevedendo

un regime dietetico il più possibile sovrapponibile a quello comune e già in uso, in modo da evitare l'instaurarsi di carenze nutrizionali, di eventuali riflessi psicologici negativi nei riguardi di chi necessita di dieta speciale e di risvolti educativi negativi per tutti gli altri bambini che consumano il pasto a scuola

	ALIMENTI DA EVITARE	POSSIBILI SOSTITUZIONI
PRIMI PIATTI	Pasta di semola o di kamut, farro, orzo, cous-cous, gnocchi	Pasta senza glutine o altri cereali/pseudocereali permessi (riso, mais, miglio, grano saraceno...) <i>Condimenti: sughi semplici preparati con ingredienti senza glutine evitando l'aggiunta di ingredienti vietati (es. farina, amido, pangrattato); utilizzare sughi pronti (es. pesto) solo se presente in etichetta il claim SENZA GLUTINE</i>
	Lasagna, paste ripiene	Prodotti specificamente formulati per celiaci
	Pizza o focaccia	Pizza o focaccia preparata con base per pizza senza glutine
	Minestra o zuppa con pastina, orzo, farro, crostini di pane	Pastina senza glutine, riso o altri cereali/pseudocereali permessi in brodo vegetale o in minestrone preparato con ingredienti permessi
SECONDI PIATTI	Carne, pesce o uova cucinati con farina o pangrattato (carne e pesce impanati, polpette e polpettone, frittata ecc...)	Stesse pietanze utilizzando farina e pangrattato senza glutine nella preparazione
	- Formaggi spalmabili, fusi, fusi a fette (es. sottillette), formaggini	- Formaggi freschi e stagionati <i>Per formaggi spalmabili, fusi e formaggini utilizzare solo prodotti riportanti il claim SENZA GLUTINE</i>

	Salumi e insaccati (prosciutto cotto, affettato di tacchino o pollo, salame, coppa, salsiccia, cotechino...)	Prosciutto crudo, bresaola, speck. Prosciutto cotto o affettato di tacchino o pollo riportanti la dicitura senza glutine
CONTORNI	Verdure impanate o infarinate	Verdure fresche o surgelate senza aggiunta di altri ingredienti Patate fresche o surgelate, lessate o al forno o in purea <i>Le patate surgelate devono riportare il claim SENZA GLUTINE</i>
PANE	Pane o sostituti del pane	Pane o sostituti confezionati specificamente formulati per celiaci
DOLCI	Yogurt alla frutta, budino, gelato, biscotti, torta, dessert confezionati	Frutta fresca Yogurt o budino o dessert con il claim SENZA GLUTINE Prodotti da forno specificamente formulati per celiaci
VARIE	Sughi pronti (es. pesto) Besciamella Salse Dadi ed estratti di carne	Prodotti preparati con ingredienti senza glutine <i>Per condire e aromatizzare le pietanze sono consentiti: olio, aceto, erbe aromatiche e spezie, zafferano</i>

In ogni caso il menù settimanale dovrà prevedere:

- Acqua sempre disponibile, preferibilmente di rete
- Primo piatto asciutto o in brodo a base di cereali privi di glutine
- Secondo piatto con alternanze delle diverse fonti proteiche (carne, pesce, legumi, uova, formaggio)
- Pane preparato con farine di cereali senza glutine servito al momento della somministrazione del secondo piatto
- Contorno di verdura garantendo la varietà e la stagionalità
- Frutta fresca specifica per stagione optando per almeno 3 tipologie diverse alla settimana
- Talvolta piatto unico come proposta alternativa a primo e secondo piatto

6. BIBLIOGRAFIA E SITOGRAFIA

- Allergie alimentari e sicurezza del consumatore – Documento di indirizzo e stato dell'arte – 2018 Ministero della Salute
- Decreto legislativo n. 111/1992
- Documenti di indirizzo per la ristorazione scolastica Regione Lombardia - ATS Brianza e ATS Montagna
- Legge n. 123/2005 relativa alle "Norme per la protezione dei soggetti malati di celiachia"
- Linee di Indirizzo Nazionale per la Ristorazione Scolastica - 11 giugno 2010
- Linee di indirizzo per l'allestimento di diete speciali nella ristorazione scolastica regione Lombardia - ATS Val Padana
- Linee di indirizzo per la gestione delle diete speciali nella ristorazione scolastica – ats pavia – 2024
- Linee di indirizzo per la ristorazione scolastica- ATS Insubria – 2023
- Linee guida regionali per il controllo ufficiale delle imprese alimentari che producono e/o somministrano alimenti senza glutine – Regione Emilia Romagna
- Nota del Ministero della Salute indicazioni sulla presenza degli allergeni negli alimenti forniti dalle collettività (Regolamento UE 1169/2011), del 06 febbraio 2015
- Regolamento CE n. 178/2002
- Regolamento CE n. 852/2004
- Regolamento UE n. 828/2014
- www.celiachia.it
- www.epicentro.iss.it