



“Mamma, papà...sapete cosa ho mangiato oggi a mensa?”

La Mensa è un servizio importante per le scuole di Civitanova: infatti, oltre a rappresentare un momento didattico e di socializzazione, è un'ottima sede per diffondere la “cultura alimentare”. Il servizio offerto punta alla qualità degli alimenti e al gradimento del pasto. L'Amministrazione Comunale, la Ditta che prepara i pasti, il Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione (SIAN) dell'ASUR, i Dirigenti Scolastici ed i membri del Comitato Tecnico collaborano per tale scopo.

CHI FA COSA?

- **Amministrazione Comunale:** organizza e gestisce il Servizio Mensa. Si avvale anche del **Comitato Tecnico** composto da Comune, SIAN-ASUR, Genitori e Docenti/Dirigenti che ha compiti di vigilanza, verifica, valutazione e proposizione (sono esclusi i controlli igienico-sanitari per i quali vige la competenza esclusiva delle Autorità di Controllo Ufficiale, tra cui il SIAN).
- **Ditta All Foods srl** : prepara i pasti (quasi 1500 al giorno!!!) nel Centro Cottura sito presso l'Hotel Velus di Civitanova Marche e li trasporta nei refettori delle Scuole.
- **SIAN-ASUR:** valuta i menù basandosi sulle Linee Guida della Ristorazione Scolastica (DGRM 1762 del 6/12/2010), autorizza diete speciali per problematiche sanitarie, ecc.
- **Dirigenti Scolastici:** collaborano nell'organizzazione e nel monitoraggio del Servizio.



ALIMENTAZIONE SANA, CORRETTA E GUSTOSA

I menù proposti sono distinti in “Invernale” e “Primaverile” e vengono distribuiti su 4 settimane, in modo vario, cercando sempre di mantenere l'equilibrio tra i nutrienti (grassi, proteine e zuccheri).

Le preparazioni sono semplici e leggere: non sono previste frittture, soffritti e grassi animali, al contrario si preferiscono sempre cotture al vapore o al forno.

Nella preparazione dei pasti, vengono utilizzati:

- **Carni bovine a marchio IGP - "Vitellone Bianco dell'Appennino Centrale" razza Marchigiana**
- **Carni bianche e di maiale di provenienza nazionale**
- **Prosciutto Crudo dolce o semidolce e Cotto senza conservanti**
- **Pane e Olio Extravergine di Oliva provenienti dalla trasformazione di prodotti ottenuti da coltivazioni biologiche garantite e certificate**
- **Frutta e Verdura provenienti da coltivazioni biologiche garantite e certificate**
- **Pasta di grano duro e riso resistenti alla cottura**

Le regole della sana alimentazione vanno applicate non solo a pranzo, ma durante tutta la giornata e quindi
NON DIMENTHIAMO di:



- Bere acqua in abbondanza
- Seguire una dieta varia ed equilibrata senza escludere nessun alimento
- Mangiare frutta e verdura (almeno 5 porzioni al giorno)
- Limitare il consumo di bibite zuccherate, merendine e snack salati
- Fare sempre una buona colazione
- Vivere una vita attiva e in movimento

Per maggiori informazioni tecniche che riguardano modalità di iscrizione al servizio, pagamento dei buoni pasto, punti di ricarica convenzionati, richieste di diete speciali, ecc., rivolgersi a:

Comune di Civitanova Marche - Servizi Educativi-Formativi

Tel. 0733.822.225/294/245 - Fax 0733.813.959

<http://www.comune.civitanova.mc.it>