

Lario Reti Holding S.p.A.

# Gestione delle diete speciali

Luglio 2026

---

## Indice

|                                                                          |   |
|--------------------------------------------------------------------------|---|
| 1. REGOLE PER LA PREPARAZIONE E DISTRIBUZIONE DELLE DIETE SPECIALI ..... | 4 |
| 2. DIETA IN BIANCO .....                                                 | 5 |
| 3. CELIACHIA .....                                                       | 6 |
| 4. ALLERGIE/INTOLLERANZE .....                                           | 9 |

## PREMESSA

Il presente documento è stato redatto in conformità della normativa comunitaria e nazionale in materia di derrate alimentari e in conformità delle *"Linee guida nutrizionali per la stesura del Capitolato d'appalto"* a cura del Servizio Igiene Alimenti e della Nutrizione – DPT Prevenzione Medica – ASL Monza e Brianza – Regione Lombardia.

Le Linee guida sono state predisposte per il servizio di ristorazione scolastica; in questo documento sono state adattate al servizio di ristorazione aziendale, pur mantenendo i criteri e le indicazioni di base.

Per "dieta speciale" si intende una tabella dietetica elaborata *ad personam* in risposta a particolari esigenze cliniche.

In caso di allergie e intolleranze alimentari devono essere escluse dalla dieta tutte le preparazioni che contengono l'alimento responsabile o suoi derivati oltre che tutti i prodotti in cui l'alimento o i suoi derivati figurino in etichetta o nella documentazione di accompagnamento.

La dieta speciale deve essere elaborata da personale adeguatamente formato (dietologi, dietiste, PLS e MMG) e sottoposte a valutazione/autorizzazione da parte del personale competente.

La dieta speciale dovrà essere attivata entro 3 giorni lavorativi dal ricevimento della documentazione completa.

Per ogni dieta speciale dovrà essere garantita la completa rintracciabilità della preparazione, del confezionamento e della distribuzione mediante registrazioni conservate per almeno tutta la durata del contratto.

Nella formulazione delle diete speciali possono essere utilizzate, ove compatibili con la prescrizione clinica e nutrizionale, preparazioni a base di legumi, tofu, seitan, prodotti vegetali e cereali integrali previsti dagli allegati tecnici dell'appalto.

I dati relativi alle diete speciali e alle prescrizioni mediche devono essere trattati nel rispetto del Regolamento (UE) 2016/679 (GDPR) e della normativa nazionale vigente in materia di protezione dei dati personali.

## 1. REGOLE PER LA PREPARAZIONE E DISTRIBUZIONE DELLE DIETE SPECIALI

La grande eterogenicità delle diete speciali e la particolare attenzione pretesa per la loro preparazione e distribuzione richiede che all'interno della cucina o del centro cottura sia presente un luogo appositamente dedicato o che, qualora non ci siano spazio sufficiente, che la preparazione delle diete venga effettuata in tempi diversi rispetto al menù standard.

E' opportuno inoltre che siano a disposizione stoviglie ed utensili appositi, che ci sia lo spazio per affiggere gli schemi dietetici elaborati ad hoc e che gli alimenti destinati alle diete speciali vengano stoccati in frigoriferi o su scaffalature ad essi dedicati.

E' necessario che vengano poi seguite alcune regole:

### **Preparazione:**

- 💧 Tenere ben visibili le prescrizioni delle diete e leggerle attentamente.
- 💧 Controllare le etichettature per verificare che non siano presenti tracce dell'alimento proibito
- 💧 Non utilizzare la stessa acqua di cottura di alimenti con caratteristiche diverse (es. pasta di semola e pasta senza glutine)
- 💧 Utilizzare utensili appositamente dedicati
- 💧 Conservare le preparazioni in contenitori idonei e distinti e chiaramente identificabili
- 💧 Utilizzare contenitori o vassoi monoporzione chiaramente identificati con il nominativo dell'utilizzatore e la tipologia di dieta speciale prescritta. Scrivere all'esterno del contenitore il tipo di dieta ed il nome del dipendente cui deve essere distribuita.

#### **Distribuzione:**

- 💧 Avere una copia della dieta
- 💧 Controllare bene a chi la dieta è indirizzata
- 💧 Non utilizzare le stesse posate per la distribuzione di diverse tipologie di diete
- 💧 Approvvigionamento da fornitori che possano certificare la qualità dei loro prodotti e dimostrare l'adozione di sistemi di assicurazione di qualità e di regole di buona pratica.
- 💧 Presentazione in confezioni sigillate, integre, pulite, senza anomalie visibili tipo rigonfiamenti, ruggine, sporcizia, e devono riportare tutte le indicazioni previste in materia di etichettatura. Tutti i prodotti forniti devono presentare materiale a contatto con alimenti (packaging) conforme alla normativa vigente.

## **2. ESIGENZE ALIMENTARI ETICO-RELIGIOSE O VOLONTARIE**

L'Aggiudicatario dovrà garantire, su richiesta dell'utente e previa autorizzazione della Stazione Appaltante, pasti conformi a particolari scelte alimentari di natura etica, religiosa o culturale, quali ad esempio alimentazione vegetariana, vegana o esclusione di specifiche categorie alimentari.

Tali preparazioni dovranno rispettare i medesimi standard qualitativi e nutrizionali previsti per il menù ordinario.

## **3. DIETA IN BIANCO**

Dieta in bianco o leggera significa alimentazione a ridotto contenuto di grassi, con condimenti ridotti e priva di intingoli secondo lo schema di seguito indicato:

| NEL MENU'                                       | SOSTITUIRE CON                                                                                 |
|-------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Primo piatto asciutto                           | Pasta o riso all'olio o con pomodoro fresco con aggiunta di parmigiano reggiano o grana padano |
| Primo piatto in brodo con pastina, orzo, farro. | Riso pastina in brodo vegetale con aggiunta di parmigiano reggiano o grana padano              |
| Carne                                           | utilizzare carne magra bollita o ai ferri con aggiunta di olio crudo                           |
| Pesce                                           | Sogliola, nasello, merluzzo al vapore o bollito con aggiunta di olio a crudo o succo di limone |
| Formaggi/uova/affettati                         | Prosciutto cotto sgrassato o carne/pesce come illustrato in precedenza                         |
| Contorni                                        | Patate lesse, carote o altra verdura cotta                                                     |
| Frutta                                          | Mela o banana o qualunque altra frutta fresca se espresso nel certificato                      |
| Dolci/yogurt/gelato/budini                      | Frutta o crackers                                                                              |

## 4. CELIACHIA

I pazienti affetti da celiachia non possono assumere alimenti contenenti gliadina, frazione del glutine contenuta nel frumento, nell'avena, nell'orzo e nella segale, nel farro e nel Kamut; non esistono invece problemi per l'ingestione di riso e mais.

Tale dieta prevede anche l'utilizzazione di prodotti dietetici specifici privi di glutine, il cui elenco è scaricabile dal sito [www.celiachia.it](http://www.celiachia.it). Tali prodotti, privi di glutine, sono presenti numerosi in commercio e sono riconoscibili dal marchio "spiga sbarrata"

| NEL MENU'                                                                                                                                                                                                                                                                       | SOSTITUIRE CON                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Primo piatto asciutto:<br>Pasta, gnocchi, ravioli                                                                                                                                                                                                                               | Riso, mais, miglio, prodotti dietetici per celiaci                                                                                                                            |
| Lasagne, pasta pasticciata, pasta al forno, pizza, focaccia, prodotti a base di kamut                                                                                                                                                                                           | Riso, mais, miglio, prodotti dietetici per celiaci                                                                                                                            |
| Primo piatto in brodo con pastina, orzo, farro.                                                                                                                                                                                                                                 | Riso, miglio, pastina agglutinata in brodo vegetale                                                                                                                           |
| Carne e pesce impanati                                                                                                                                                                                                                                                          | utilizzare carne e pesce cucinati semplicemente senza impanatura oppure utilizzare pangrattato e farina agglutinati                                                           |
| Formaggi a fette e spalmabili (sottilette) formaggini                                                                                                                                                                                                                           | Formaggi freschi e stagionati                                                                                                                                                 |
| Prosciutto crudo                                                                                                                                                                                                                                                                | No sostituzione                                                                                                                                                               |
| Prosciutto cotto, bresaola, pancetta, wurstel, speck, mortadella, cotechino, coppa, salsiccia                                                                                                                                                                                   | Prosciutto cotto e bresaola che non contengano fonti di glutine                                                                                                               |
| Uovo                                                                                                                                                                                                                                                                            | No sostituzioni se cucinati con alimenti permessi                                                                                                                             |
| Contorni                                                                                                                                                                                                                                                                        | No sostituzioni                                                                                                                                                               |
| Purè istantaneo                                                                                                                                                                                                                                                                 | Patate lessate o purè previsto per celiaci                                                                                                                                    |
| Frutta                                                                                                                                                                                                                                                                          | No sostituzioni                                                                                                                                                               |
| Pane, crackers, fette biscottate, grissini, crostini                                                                                                                                                                                                                            | Pane, grissini, fette biscottate confezionati con farine agglutinate e lieviti permessi                                                                                       |
| Dolci, budini, gelato, creme, succhi di frutta, yogurt, dessert confezionati                                                                                                                                                                                                    | Frutta o prodotti previsti per celiaci                                                                                                                                        |
| Grassi, condimenti e varie:<br>- burro, olio extravergine ed olio di oliva, olio di mais e girasole, arachide, soia e riso, lardo, strutto<br>- margarine, olio di semi vari, olio di germe di grano<br>- besciamella, maionese<br>- ragù, sughi<br>- dadi ed estratti di carne | - No sostituzioni<br><br>- olio di oliva o extravergine di oliva<br><br>- prodotti previsti per celiaci<br>- prodotti previsti per celiaci<br>- prodotti previsti per celiaci |

Le materie prime destinate alla preparazione di pasti dietetici per celiaci ed i prodotti preconfezionati già pronti per il consumo devono essere conservati in luoghi igienicamente idonei ed esclusivamente destinati o almeno in armadi chiusi esclusivamente dedicati. Per la conservazione di prodotti refrigerati e/o surgelati, se non risultasse possibile la disponibilità di frigo e/o freezer ad uso esclusivo, diventa obbligatorio conservare gli alimenti senza glutine in contenitori e/o sacchetti dotati di chiusura ermetica, contrassegnati con etichette distintive al fine di evitare errori di identificazione.

## Cucina

Quando non possa essere individuato un locale da adibirsi esclusivamente alla produzione dei pasti dietetici per celiaci si dovrà comunque individuare una zona dedicata in modo da escludere la presenza di contaminazioni da altre lavorazioni.

Tutti i macchinari e le attrezzature devono essere assolutamente distinti, separati e se del caso anche coperti (utilizzando anche fogli di alluminio, ma non canovacci in tela) per garantire la non contaminazione degli stessi.

Non può essere usato per la cottura di cibi senza glutine il forno ventilato utilizzato per la cottura di cibi con glutine. Deve pertanto essere disponibile un forno per uso esclusivo al fine di evitare contaminazioni durante la cottura.

Devono essere individuate teglie, padelle, pentole, contenitori, posaterie da cucina da dedicarsi ad uso esclusivo per la preparazione di cibi senza glutine.

Analogamente devono essere individuate grattugie, colini, colapasta, setacci, taglieri per uso esclusivo.

Durante la cottura:

- non deve mai essere utilizzata acqua in cui sia stata cotta pasta o altri alimenti con glutine;
- tale acqua non deve mai essere utilizzata per allungare risotti, minestre, sughi o altre preparazioni;
- non deve essere utilizzato cestello multicottura in cui siano stati cotti alimenti con glutine.

### **Confezionamento ed asporto**

Tutte le diverse preparazioni che costituiscono il pasto dietetico senza glutine devono essere confezionate in monoporzioni termosigillate e collocate in contenitori termici chiusi in grado di conservare adeguatamente le temperature fino al momento del consumo.

Nello stesso contenitore termico deve essere collocato il pane speciale per celiachia nel quantitativo previsto dalle tabelle dietetiche ASL.

Il contenitore deve essere identificato con il nome e cognome dell'utente a cui è destinato e deve riportare indicata la sede in cui il pasto deve essere somministrato. Il contenitore dovrà rimanere chiuso e le confezioni sigillate fino al momento dell'immediato consumo da parte dell'utente.

## 5. ALLERGIE/INTOLLERANZE

Secondo le norme di etichettatura gli alimenti implicati nell'insorgenza di allergie devono essere molto chiaramente indicati in etichetta sia se presenti come ingredienti che se contenuti come additivi, coadiuvanti o possibili contaminanti da pratiche di lavorazione del prodotto stesso.

Con il Regolamento (UE) 1169/2011 viene previsto che in etichetta vengano indicate tutte le sostanze aggiunte che hanno caratteristiche allergeniche, anche se contenute in tracce.

Gli allergeni alimentari più comuni sono: arachidi, cereali, frutta secca, latte e lattosio, pesce, sedano, semi di sesamo, uova, senape, soia.

### **ALLERGIA ALL'UOVO**

Escludere dalla dieta:

- uovo intero
- maionese
- polpette o preparati di carne o pesce che contengano uovo
- sformati, torte salate
- alimenti contenenti uova (prodotti da forno, dolci, merendine, pasta all'uovo, torte, ravioli, alimenti che prevedono impanature)
- alimenti contenenti derivati dall'uovo quali: albumina, ovoalbumina, ovomucina, lisozima, etc. - gnocchi e grana padano vanno controllati attentamente in quanto potrebbero contenere le proteine di cui sopra
- In alcuni casi, che devono essere documentati, è possibile dover escludere: carne di pollo e mela (quest'ultimo caso per un problema di allergia crociata)

### **ALLERGIA AL LATTE**

Escludere dalla dieta:

- latte, yogurt, burro, formaggi, panna, besciamelle
- alimenti contenenti latte: prodotti da forno, dolci, torte, budini, paste con ripieno
- Cioccolato al latte
- gelati
- salumi contenenti proteine del latte vaccino (caseina)

- in alcuni casi, che devono essere documentati, è possibile dover escludere: carne di manzo e di vitello.

### **ALLERGIA AL FRUMENTO**

Escludere dalla dieta:

- Pane, pasta, crackers, grissini, biscotti, prodotti da forno, ecc
- Evitare impanature a base di farina o pangrattato
- Non sostituire questi alimenti con prodotti privi di glutine perché contengono alcune componenti del frumento.
- Devono essere utilizzati prodotti ottenuti da mais, riso, grano saraceno, miglio o altri cereali consentiti dalla prescrizione medica

### **ALLERGIA ALLA FRUTTA SECCA**

Escludere dalla dieta:

- arachidi, olio di arachide,
- pesto e preparazioni contenenti pinoli e frutta secca
- prodotti da forno sulle cui etichette è riportata la dicitura residui di frutta secca
- cioccolato e cacao.

### **ALLERGIA AL MAIS E DERIVATI**

Escludere dalla dieta:

- mais
- polenta
- farina gialla, maizena
- olio di semi di mais, maionese industriale (potrebbe contenere olio di semi vari o olio di mais)
- Fiocchi di mais
- prodotti di pasticceria e da forno, gelati, gelatine.

## **ALLERGIA AGLI ALIMENTI RICCHI DI ISTAMINA E TIRAMINA**

Escludere dalla dieta:

- formaggi stagionati
- insaccati
- pesce fresco o conservato (tonno, salmone, crostacei e mitili)
- verdure: spinaci, pomodori;
- legumi
- frutta secca
- cioccolato e derivati
- albume d'uovo
- frutta: banane, fragole, pesca, kiwi, agrumi, ananas, lamponi, uva
- estratto di lievito, dadi

## **ALLERGIA ALLE MUFFE**

Escludere dalla dieta:

- formaggi stagionati
- salumi
- carne e pesce affumicati
- funghi
- sottaceti
- conserve
- frutta secca
- salse: maionese e Ketchup