

Edizione N°01	Revisione N° 01	Data 06/08/2020	Appendice Pag 1/22
------------------	--------------------	--------------------	-----------------------

IN SINERGIA S.R.L.S.

APPENDICE

DIETE SPECIALI E PROCEDURE OPERATIVE LAVORAZIONE ALIMENTI PRIVI DI GLUTINE

PROCEDURE OPERATIVE DI ALIMENTI DESTINATI ALLE DIETE SPECIALI

I bambini che necessitano di regimi dietetici particolari rappresentano circa il 3-5% della popolazione scolastica e, di questi, l'85% è affetto da intolleranze o da allergie spesso multiple, nei confronti di diversi alimenti, che condizionano pesantemente la loro alimentazione. Oltre alle intolleranze ed alle allergie esiste poi tutta una gamma di patologie croniche, per le quali la dieta rappresenta il fondamento terapeutico per il mantenimento di un buono stato di salute e per il controllo della malattia: esempi ne sono il diabete mellito, la celiachia, il favismo, l'ipercolesterolemia.

In questi casi è evidente che la dieta, essendo parte integrante della terapia, è da attuarsi, oltre che a casa, anche nella scuola e ciò comporta una particolare attenzione ed organizzazione in ogni fase del servizio: dalla stesura del menù, all'acquisto delle materie prime, alla preparazione e somministrazione dei pasti.

Considerato che il pasto in mensa dovrebbe fornire circa il 40% delle kcal giornaliere e rivestire un ruolo educativo importante, il bambino con queste patologie che sono spesso a lungo termine, non deve essere penalizzato dalla sua condizione, ma anch'egli, come i suoi compagni, deve essere messo in grado di variare la sua alimentazione il più possibile, compatibilmente con la sua malattia. La necessità scaturisce anche dal fatto che i bambini, soggetti a restrizioni alimentari plurime, rischiano, se non ben compensati, di andare incontro a carenze alimentari che certamente non giovano al delicato periodo dell'accrescimento.

La scuola è in grado di fornire un pasto sostitutivo adeguato.

La richiesta per l'effettuazione di diete speciali deve essere inoltrata dal genitore o da chi ne fa le veci al responsabile della scuola, secondo i tempi e i modi definiti dalla scuola ovvero presentando adeguata documentazione medica rilasciata dal Medico di base o dal Pediatra o dal medico specialista ecc..

Tale certificazione, per essere presa in considerazione, deve indicare in modo preciso:

- la **DIAGNOSI** (allergia, intolleranza, obesità, diabete, celiachia, etc..)
- la **DURATA** della dieta (questa comunque non deve essere superiore all'anno scolastico in corso).

N.B. Una deroga a tale indicazione (dieta di durata non superiore alla durata dell'anno scolastico in corso), può essere data esclusivamente nel caso di patologie di natura genetica (celiachia, favismo, fenilchetonuria, etc...).

Edizione N°01	Revisione N° 01	Data 06/08/2020	Appendice Pag 2/22
------------------	--------------------	--------------------	-----------------------

IN SINERGIA S.R.L.S.

Nel caso di diagnosi di allergia e intolleranza la certificazione medica deve inoltre indicare in modo chiaro il/i componente/i della dieta da escludere, specificando quindi:

- l'alimento o gli alimenti vietati;
- gli additivi e i conservanti.

Si ricorda che quando si vieta un alimento, verrà escluso dalla dieta :

- l'alimento tal quale (uova, latte, arachide);
- i prodotti alimentari in cui tale alimento è presente come ingrediente (uova nei biscotti, arachide nell'olio di semi, etc...);
- i prodotti alimentari in cui tale alimento è presente come coadiuvante tecnologico o come contaminante derivante dal procedimento di lavorazione del prodotto stesso. Si precisa che non sono accettabili indicazioni generiche che possono causare confusione nella scelta degli alimenti da escludere: ad esempio indicare una categoria merceologica o commerciale come cereali, latticini, semi, tuberi, legumi...; oppure escludere una preparazione gastronomica e non gli ingredienti da cui questa è prodotta (ad esempio sugo al pesto, frittata alle verdure, ravioli, pesce impanato...)

Si precisa inoltre che non sono ritenuti validi certificati contenenti diagnosi non specifiche, ma indicazioni generiche come non gradisce...rifiuta...è ipersensibile... non assume...

MODIFICA O SOSPENSIONE DELLA DIETA

Nel caso in cui venga presentata, nel corso dell'anno scolastico, una nuova certificazione medica, questa annulla completamente la precedente che non sarà più presa in considerazione; anche nel caso di dieta ad esclusione per allergie e intolleranze, ogni nuova richiesta annulla la precedente e quindi ogni volta dovrà essere indicato in modo preciso l'elenco completo degli alimenti da escludere.

E' opportuno inoltre che il medico prescrittore comunichi se la dieta speciale di esclusione faccia parte di un protocollo diagnostico volto ad individuare le reali cause di una sindrome allergica, in modo da preavvisare il gestore del servizio ristorativo che la dieta potrà subire successive variazioni in tempi più o meno ravvicinati.

Per sospendere la somministrazione della dieta speciale è necessario presentare una certificazione medica che ne richieda la sospensione.

Edizione N°01	Revisione N° 01	Data 06/08/2020	Appendice Pag 3/22
------------------	--------------------	--------------------	-----------------------

IN SINERGIA S.R.L.S.

RICHIESTA DELLA DIETA

Nel caso di necessità di **DIETA LEGGERA**, la richiesta può essere effettuata direttamente dal genitore o da chi ne fa le veci alla Scuola (ad esempio con semplice nota sul diario). Queste sono diete riservate i bambini riammessi in comunità a seguito di gastriti , gastroduodeniti , dispepsie, indisposizioni temporanee, sindromi post-influenzali.

L'eventuale richiesta di "dieta leggera" o "in bianco" comporta la somministrazione di alimenti previsti nello schema e quindi non esclusivamente pasta in bianco, prosciutto o formaggio.

La dieta leggera o "in bianco" viene concessa senza certificazione medica per un periodo non superiore ai tre giorni; nel caso di richieste di più lunga durata, ma comunque non oltre le due settimane, la richiesta, effettuata utilizzando il modulo previsto, dovrà essere supportata da un certificato medico, rilasciato dal Medico di base o dal Pediatra di libera scelta o da altro Medico specialista.

Nel caso di richiesta di **DIETA PER MOTIVI ETICO- RELIGIOSI** (utenti di religione mussulmana, ebraica, dieta vegetariana, etc...) non ha alcun senso presentare una certificazione medica ,in tal caso è richiesta un'autocertificazione del genitore o di chi ne fa le veci.



PROCEDURE OPERATIVE LAVORAZIONE ALIMENTI PRIVI DI GLUTINE

PER SAPERNE DI PIU'

Questa patologia, chiamata anche sprue celiaca o morbo celiaco o enteropatia da glutine è dovuta alla carenza, su base genetica, di alcuni enzimi necessari alla corretta metabolizzazione del glutine (frazione proteica di alcuni cereali) o, più precisamente, alcuni tipi di gliadine o di prolamine contenute nel frumento, nel farro, in altri cereali e nei loro derivati.

Il quadro clinico della malattia è caratterizzato da alterazioni strutturali e funzionali della mucosa dell'intestino tenue che provocano una sindrome da malassorbimento complessa e grave; la sospensione dalla dieta di alimenti contenenti gliadine o prolamine provoca la regressione della sintomatologia .Anche in assenza di sintomatologia gastroenterica è necessario che i soggetti celiaci consumino alimenti rigorosamente privi di glutine; infatti anche micro quantità di gliadine o prolamine espongono i pazienti agli inconvenienti citati. La dieta senza glutine deve essere protratta per tutta la vita e a tutt'oggi è l'unica terapia in grado di garantire al celiaco una crescita ed uno stato di salute del tutto sovrapponibili a quelli di un soggetto sano.

I pericoli a cui va incontro un consumatore celiaco se consuma alimenti contaminati da glutine sono molteplici. Ciò che è importante non è tanto descrivere il pericolo in sé, ma sottolineare che se non si rispettano le linee preventive per ridurre al minimo i rischi di contaminazioni, la situazione di atrofia dei villi intestinali si ripristina, con conseguente malassorbimento dei nutrienti.

Partendo dal presupposto che nella linea di produzione del menù senza glutine non possono essere individuati CCP ma solo CP, in quanto per definizione un CCP necessita di un periodico controllo da parte dell'operatore di un parametro misurabile (sia a livello visivo che tramite operazioni correttive), sono stati

Edizione N°01	Revisione N° 01	Data 06/08/2020	Appendice Pag 4/22
------------------	--------------------	--------------------	-----------------------

IN SINERGIA S.R.L.S.

individuati solo dei punti critici a cui sono state attribuite delle misure preventive atte a ridurre il rischio di contaminazione crociata e/o accidentale.

L'individuazione di tale punti critici è stato effettuato attraverso l'utilizzo dell' indice del pericolo (IP). Per ogni fase della lavorazione sono stati considerati i possibili pericoli e per ognuno di essi è stata fatta una valutazione in merito alla gravità (G) e al rischio (R) , l'ambiente di lavoro e le attrezzature utilizzate.

PROGRAMMI DI PREREQUISITI (PRP) E PROCEDURE OPERATIVE

Scopo: Gestire il ciclo di produzione degli alimenti al fine di minimizzare i pericoli di contaminazione da glutine.

Responsabilità:

Il responsabile dell'autocontrollo :

Garantisce la sicurezza e dei prodotti alimentari da somministrare al cliente celiaco;

Individua ogni fase che potrebbe rivelarsi critica per la sicurezza degli alimenti e garantisce che siano definite, applicate ed aggiornate le adeguate procedure di sicurezza, secondo il piano di autocontrollo definito;

Effettua il riesame periodico dell'analisi dei rischi, dei punti critici, delle procedure di controllo, di sorveglianza e attiva le azioni correttive necessarie;

Si occupa dell'organizzazione in modo diretto dell'adeguata formazione del personale;

Mantiene aggiornato il presente manuale e le registrazioni ad esso allegate.

Tutti coloro che manipolano alimenti sono responsabili dell'attuazione delle seguenti procedure.

È compito del responsabile dell'azienda e/o dei suoi preposti controllare che queste siano rispettate.

SELEZIONE DEI FORNITORI E APPROVVIGIONAMENTO MATERIE PRIME

Le materie prime rivestono un'importanza determinante sui risultati finali della produzione, pertanto è essenziale una selezione accurata dei fornitori ed un preciso controllo delle merci al momento dell'acquisto e della consegna.

Per un'adeguata selezione del fornitore, oltre a verificare l'attuazione del piano di autocontrollo secondo i principi del metodo HACCP (autocertificazione da parte del fornitore), è necessario il puntuale controllo dei prodotti, sia confezionati che sfusi. Questo servirà ad eliminare progressivamente tutti quei fornitori non in grado di garantire un servizio di qualità apprezzabile.

La scuola, inoltre, dispone di un registro che censisce tutti i fornitori nell'apposito "Elenco dei fornitori qualificati". Importante è fare una cernita di fornitori che ci garantiscono materie prime prive di glutine, con un trasporto dedicato al senza glutine.

Natura del pericolo	- Presenza di glutine.
Misure preventive	<ul style="list-style-type: none"> - Affidarsi a fornitori accreditati; - Valutare la presenza delle materie prime e prodotti elencati all'interno del Registro Nazionale degli Alimenti del Ministero della salute (RNA) e del prontuario AIC edizione corrente senza glutine" o alimenti naturalmente senza glutine o riportanti sulla confezione il Marchio Spiga Barrata rilasciato dall' AIC Onlus o alimenti che presentino la dicitura "senza glutine" ai sensi del REG. UE 828/2014.
GMP	<ul style="list-style-type: none"> - Controllo della documentazione di accompagnamento (non accettare autocertificazioni dichiaranti l'assenza di glutine); - Verifica della conformità della merce e dell'etichetta; - Valutare che non ci siano condizioni di promiscuità tra prodotti idonei ai celiaci e prodotti contenenti glutine all'interno dello stesso mezzo di trasporto; - Uso guanti specifici per prodotti vegetali da destinare ai celiaci; - Controllare l'integrità delle confezioni e le date di scadenza. - Registrare ogni merce non conforme, indicando fornitore data e descrivendo la non conformità.
Azioni Correttive	<ul style="list-style-type: none"> - Rifiutare la merce non conforme. - Valutare la sospensione temporanea o definitiva di un fornitore che non garantisca prodotti conformi.
Documentazione	<ul style="list-style-type: none"> - Elenco fornitori - Merce in entrata (bolle e/o fatture) - Schede di non conformità (merce respinta o restituita o eliminata) - Lettere contestazioni inviate ai fornitori.

Edizione N°01	Revisione N° 01	Data 06/08/2020	Appendice Pag 6/22
------------------	--------------------	--------------------	-----------------------

IN SINERGIA S.R.L.S.

PROCEDURA FORNITURA MATERIE PRIME

Lo scopo della presente procedura è dettare le istruzioni e definire la natura, i metodi e la frequenza dei controlli sulle materie prime e gli ingredienti all'atto del loro ricevimento, per evitare, prevenire o ridurre a un livello accettabile le possibilità che questi siano contaminati da glutine. E' fondamentale in questo punto di filiera attuare e definire sistemi e procedure che permettano di individuare in maniera univoca la provenienza delle materie prime in entrata (rintracciabilità). Tutti gli alimenti per soggetti celiaci sono conformi alle norme vigenti in materia e garantiti dal fornitore. In ogni caso, all'arrivo, la merce non deperibile viene stoccata in condizioni igieniche idonee e su apposita scaffalatura, segnalata con adesivi raffiguranti una spiga barrata o una dicitura "NO GLUTINE", ponendo attenzione sempre alla data di scadenza disponendoli tramite il metodo FIFO (First In First Out). Mentre la merce deperibile viene riposta nell'apposito frigor, previo controllo della temperatura sia del mezzo di trasporto (eventuale) che dello stesso frigor. Nel contempo si provvede alla registrazione ed all'archiviazione delle bolle e/o fatture delle materie prime in entrata per poter così risalire, in ogni momento alla loro provenienza.

Al fine di evitare errori nello stoccaggio (in aree dedicate e distinte) delle materie prime senza glutine è opportuno effettuare un trasporto esclusivo. In caso di non conformità riscontrata internamente o comunicata da enti esterni (fornitori, clienti, ente pubblico) che possa compromettere la salute del cliente celiaco, si procede all'individuazione del lotto di prodotto in questione e alla sospensione blocco in azienda del suo utilizzo.

Cereali, farine e derivati

Alimenti permessi	Alimenti a rischio	Alimenti vietati
<ul style="list-style-type: none"> -Riso in chicchi -Mais (granoturco) in chicchi -Grano saraceno in chicchi -Amaranto in chicchi -Manioca -Miglio in semi -Quinoa in semi -Sorgo in chicchi -Teff in chicchi - Prodotti dietetici senza glutine (mix farine, pene e sostituti del pane, pasta) 	<ul style="list-style-type: none"> - Farina, fecole, amidi dei cereali permessi (es. maizena) - Farina per polenta precotta ed istantanea, polenta pronta - Malto, estratto di malto dei cereali permessi - Estratto di malto dei cereali vietati - Tapioca - Tacos, tortillas, couscous da cereali permessi - Risotti pronti (in busta, surgelati, aromatizzati) 	<ul style="list-style-type: none"> - Frumento (grano), segale, orzo, avena, farro, spelta, kamut, triticale - Farine, amidi, semola, semolini e creme vietati - Paste, paste ripiene, gnocchi di patate, gnocchi alla romana, pizzoccheri preparati con i cereali vietati - Pane, pancarrè, pan grattato, focaccia, pizza, piadine, panzerotti, grissini, fette biscottate, taralli, crostini, salatini, cracotte, crepes preparati con i cereali vietati - Couscous (da cereali vietati) - Crusca dei cereali vietati

Carne, pesce e uova

Alimenti permessi	Alimenti a rischio	Alimenti vietati
<ul style="list-style-type: none"> - Tutti i tipi di carne, pesce, molluschi e crostacei tal quali (freschi o congelati) non miscelati con altri ingredienti - Pesce conservato: al naturale, sott'olio, affumicato, ma privo di additivi, aromi, e altre sostanze - Uova - Prosciutto crudo - Lardo di colonnata IGP e lardo d'Arnad DOP 	<ul style="list-style-type: none"> - Salumi (bresaola, coppa, cotechino, mortadella, pancetta, prosciutto cotto, salame, salsiccia, speck, würstel, zampone...) - Piatti pronti o precotti a base di carne o pesce; - Uova (intere, tuorli o albumi) liquide pastorizzate o in polvere (ovoprodotti) - Surimi 	<ul style="list-style-type: none"> - Carne o pesce impanati (cotoletta, bastoncini, frittura di pesce...) o infarinati o miscelati con pangrattato (hamburger, polpette...) o cucinati in sughi e salse addensate con farine vietate

Latte, latticini, formaggi e sostitutivi

Alimenti permessi	Alimenti a rischio	Alimenti vietati
<ul style="list-style-type: none"> - Latte fresco (pastorizzato) ed a lunga conservazione (UHT, sterilizzato, ad alta digeribilità) non addizionato di vitamine, aromi o altre sostanze - Yogurt naturale (magro o intero) - Panna fresca (pastorizzata) e panna a lunga conservazione (UHT) non miscelata con altri ingredienti, a esclusione di carragenina (E 407) - Formaggi freschi e stagionati 	<ul style="list-style-type: none"> - Panna a lunga conservazione (UHT) condita (ai funghi, al salmone...), panna montata, panna spray, panna vegetale - Creme, budini, dessert, panna cotta a base di latte, soia, riso - Latte in polvere - Latte condensato - Bevande a base di latte, soia, riso, mandorle 	<ul style="list-style-type: none"> -Piatti pronti a base di formaggio impanati con farine vietate

Verdura e legumi

Alimenti permessi	Alimenti a rischio	Alimenti vietati
<ul style="list-style-type: none"> - Tutti i tipi di verdura tal quale (fresca, essiccata, congelata, surgelata, liofilizzata) - Verdure conservate (in salamoia, sott'aceto, sott'olio, sotto sale...) - Funghi freschi, secchi, surgelati e conservati (sott'olio...) - Tutti i legumi tal quali (freschi, secchi, e in scatola): carrube, ceci, fagioli, fave, lenticchie, lupini, piselli, soia - Preparati per minestrone (surgelati, freschi, secchi) costituiti unicamente da ortaggi tal quali. 	<ul style="list-style-type: none"> - Preparati per minestrone miscelati con altri ingredienti - Passate di verdure - Zuppe e minestrone con cereali permessi - Purè istantaneo o surgelato - Patate surgelate - Patate surgelate prefritte, precotte - Verdure conservate e miscelate con altri ingredienti. 	<ul style="list-style-type: none"> - Verdure (minestrone, zuppe...) con cereali vietati - Verdure impanate, in farinate, in pastella con ingredienti vietati.

Frutta

Alimenti permessi	Alimenti a rischio	Alimenti vietati
<ul style="list-style-type: none"> - Tutti i tipi di frutta tal quale (fresca e surgelata) - Tutti i tipi di frutta secca o senza guscio (tal quale, tostata, salata) - Frutta disidratata, essiccata non infarinata (datteri, prugne secche, uva sultanina ...) - Frutta scioppata 	<ul style="list-style-type: none"> - Frutta candita, glassata, caramellata 	<ul style="list-style-type: none"> - Frutta disidratata infarinata (fichi secchi...)

Bevande

Alimenti permessi	Alimenti a rischio	Alimenti vietati
<ul style="list-style-type: none"> - Nettari e succhi di frutta non addizionati di vitamine o altre sostanze (conservanti, additivi, aromi, coloranti...) a esclusione di acido ascorbico (E300) e acido citrico (E330) - Bevande gassate e frizzanti (aranciata, cola...) 	<ul style="list-style-type: none"> - Bevande light - Bevande a base di frutta 	<ul style="list-style-type: none"> - surrogati del caffè contenenti orzo o malto - Bevande contenenti malto, orzo, segale (orzo solubile e prodotti analoghi)

****Tabelle tratte da: Mangiar bene senza glutine, Associazione Italiana Celiachia, edizione 2012.**

CONSERVAZIONE E STOCCAGGIO DEGLI ALIMENTI

Natura del pericolo	- Contaminazione crociata
Misure Preventive	Sia in cucina che in deposito: Stoccare le materie prime non deperibili in zone separate e ben identificabili, con scaffalatura dedicata ai prodotti SG; - Stoccare le materie prime deperibili in frigoriferi dedicati al SG o su ripiani e cassetti posizionati nella parte superiore della apparecchiatura e ben identificabili con adesivi con il simbolo della spiga barrata.
GMP	- Verificare tramite ispezione visiva le condizioni di conservazione negli scaffali e nei frigo; - Controllare l'integrità delle confezioni.
Azioni correttive	- Ripristinare la separazione dei prodotti ed eventualmente eliminare quelli che possono aver subito una contaminazione e/o danneggiamento delle confezioni; - Richiamo del personale.

PROCEDURA STOCCAGGIO MATERIE PRIME

Lo scopo della presente procedura è dettare le istruzioni e definire la natura, i metodi e la frequenza dei controlli durante l'immagazzinamento delle materie prime e dei prodotti alimentari conservabili, sia a temperatura ambiente che nei frigoriferi, per evitare, prevenire o ridurre ad un livello accettabile le possibilità che questi siano contaminati da glutine, tanto da risultare dopo le normali operazioni di cernita o dopo le procedure preliminari di trattamento, non adatti al consumo di soggetti celiaci.

Istruzioni aziendali per gli addetti:

1. Una volta che le confezioni sono state aperte, avere cura di riporre la quota residua in un contenitore a chiusura ermetica idoneo, dedicato e identificato con apposito adesivo, conservandolo in frigorifero qualora si tratti di prodotto deperibile. E' opportuno mantenere le etichette originali e registrare la data di apertura.
2. Prima di avviare la merce preconfezionata alla lavorazione, togliere l'imballo secondario (cartone, legno) poiché potrebbe aver subito contaminazione da glutine nel corso del trasporto. l'imballo costituisce un potenziale pericolo.
3. Prima di avviare la merce in lavorazione è necessario valutarne l'idoneità scartando le materie prime presumibilmente contaminate,
4. Garantire l'effettiva separazione tra alimenti con glutine ed alimenti senza glutine all'interno del frigorifero nel caso non si abbia un'apparecchiatura apposita per gli alimenti senza glutine.

Edizione N°01	Revisione N° 01	Data 06/08/2020	Appendice Pag 11/22
------------------	--------------------	--------------------	------------------------

IN SINERGIA S.R.L.S.

PRODUZIONE IN CUCINA

Le materie prime, dopo il necessario controllo all'arrivo in azienda e dopo un periodo di conservazione più o meno lungo, vengono avviate alle diverse fasi di lavorazione. Qualora non siano disponibili spazi dedicati esclusivamente alle lavorazioni senza glutine occorrerà separare temporalmente le produzioni, facendo precedere quelle senza glutine.

Natura del pericolo	- Contaminazione crociata
Misure Preventive	<ul style="list-style-type: none"> - Pulizia della zona e delle superfici di lavoro e delle attrezzature. - Igiene del personale, in particolar modo delle mani e del camice di lavoro usato esclusivamente per la preparazione di piatti SG; - Non cuocere verdure/riso/pasta SG nella stessa acqua di cottura già usata per la preparazione di pasta con glutine; - Non utilizzare l'acqua di cottura già usata per cibi con glutine, per allungare sughi o altre preparazioni; - Utilizzo di prodotti per frittura senza glutine uguale per tutti i clienti, in modo da evitare la contaminazione dell'olio con panature o pastelle fatte con farine vietate, evitando di sostituire l'olio o di aver una friggitrice dedicata; - Non utilizzare cestelli multicottura promiscui; - Per la cottura in forno: oltre ad accertarsi della pulizia dello stesso, cuocere per prime le pietanze senza glutine e solo in un secondo momento le pietanze con glutine; il forno può essere usato in modo promiscuo solo durante l'ora del servizio per il riscaldamento delle portate, posizionando i gastronomi contenenti le pietanze SG nella parte superiore del forno, ricordando di coprirli. - Servizio in piatti dedicati.
GMP	<ul style="list-style-type: none"> - Verifica visiva dei processi di lavorazione e/o preparazione - Verifica dei processi, eventualmente anche con campionamento ed analisi del prodotto.
Azioni correttive	- Eliminazione dei prodotti contaminati
Documentazione	- Documentazione relativa ad eventuali analisi di laboratorio

Edizione N°01	Revisione N° 01	Data 06/08/2020	Appendice Pag 12/22
------------------	--------------------	--------------------	------------------------

IN SINERGIA S.R.L.S.

PROCEDURA FASI DI PRODUZIONE

Scopo della presente procedura è dettare le istruzioni e definire i metodi e la frequenza dei controlli per evitare, prevenire o ridurre a un livello accettabile le possibilità che questi siano contaminati da glutine, tanto da risultare non adatti al consumo di soggetti celiaci.

Non è materialmente possibile provvedere al richiamo di prodotti non idonei in quanto, dato il consumo pressoché immediato della produzione, un'eventuale procedura di richiamo sarebbe intempestiva e del tutto inefficace.

Se è presente un forno dedicato ai piatti senza glutine le azioni preventive, in caso di promiscuità logicamente non verranno seguite, il forno per il senza glutine sarà usato come un qualsiasi forno, ricordando di apporre **sempre un adesivo con la spiga**.

PRODUZIONE PIZZA

Natura del pericolo	- Contaminazione crociata
Misure Preventive	<ul style="list-style-type: none"> - Pulizia della zona e delle superfici di lavoro e delle attrezzature. - Preparare prima l'impasto senza glutine successivamente quello tradizionale; - Igiene del personale, in particolar modo delle mani e del camice di lavoro usato esclusivamente per la preparazione di pizze senza glutine; - Stendere il panetto su carta da forno; - Utilizzo esclusivo di farina da spolvero SG per la stesura di tutte le pizze, al fine di ridurre drasticamente i rischi di contaminazione crociata - Utilizzo di ingredienti per la farcitura dedicati; - Disporre la pizza SG su teglia a bordi rialzati; - Sospensione della cottura delle pizze glutine con glutine; - Mantenere la pizza coperta fino al momento della cottura; - Utilizzare una pala dedicata; <p>È necessario porre la massima attenzione durante la fase di impiattamento al fine di evitare possibili contaminazioni crociate;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Servizio in piatti dedicati.
GMP	<ul style="list-style-type: none"> - Verifica visiva dei processi di lavorazione e/o preparazione; - Verifica delle preparazioni, eventualmente anche con campionamento ed analisi del prodotto.
Azioni correttive	- Eliminazione dei prodotti contaminati.
Documentazione	- Documentazione relativa ad eventuali analisi di laboratorio.

Edizione N°01	Revisione N° 01	Data 06/08/2020	Appendice Pag 13/22
------------------	--------------------	--------------------	------------------------

IN SINERGIA S.R.L.S.

PROCEDURA DI SOMMINISTRAZIONE

Scopo della presente procedura è dettare le istruzioni per prevenire un eventuale rischio di contaminazione con glutine in fase di somministrazione.

Per la somministrazione di una pietanza senza glutine è necessario adottare misure preventive adeguate.

Misure preventive da adottare:

- Il personale che si occupa della somministrazione di alimenti senza glutine deve sempre lavarsi le mani prima di ogni servizio per il celiaco;
- È preferibile che il servizio venga svolto esclusivamente da una sola persona;
- Evitare che il pane tradizionale venga posizionato in prossimità del cliente celiaco;
- Utilizzare cestini per il pane dedicati e conservati lontano da glutine possibili fonti di contaminazione;
- Servire singolarmente il cliente celiaco;
- Posate, piatti, ecc., devono essere puliti al momento dell'utilizzo;

SOMMINISTRAZIONE

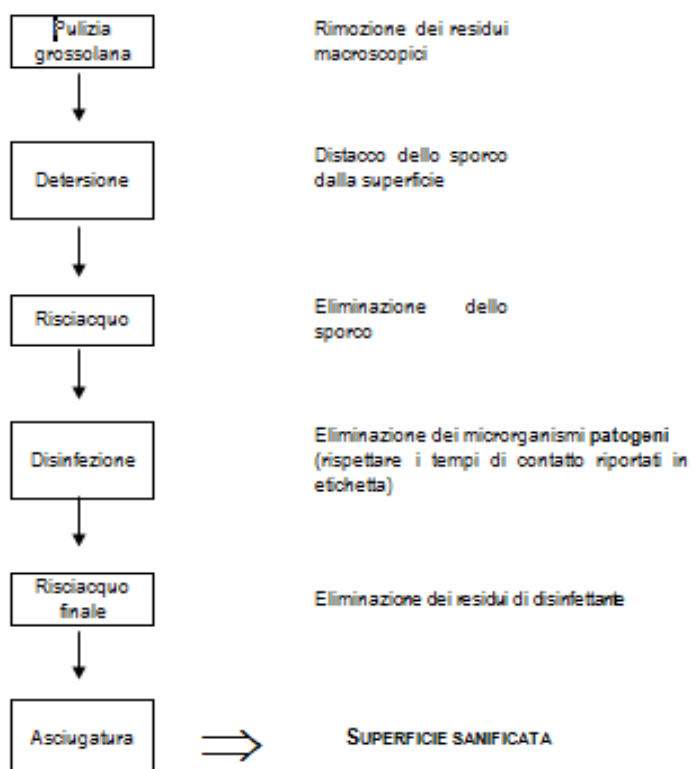
Natura del pericolo	- Contaminazione crociata; - Scambio di piatti.
Misure Preventive	-Utilizzo di porcellaneria apposita e ben identificabile, consigliabile una colorazione diversa rispetto a quella usata per la somministrazione di piatti tradizionali, in alternativa utilizzare altro segno identificativo facilmente riconoscibile da tutti gli addetti.
GMP	- Controllo visivo.
Azioni correttive	- Eliminazione dei prodotti contaminati o non identificabili; - Richiamo del personale addetto; -Valutare la sospensione temporanea o definitiva di un operatore che non ci garantisca un servizio idoneo.

MANUTENZIONE DEI LOCALI, DELLE ATTREZZATURE E PROCEDURE DI PULIZIA E DISINFEZIONE

Per l'eliminazione del glutine dalle attrezzature è sufficiente una buona pulizia con acqua e detersivi specifici per il dispositivo da pulire. Questa procedura risulta fondamentale per quelle attrezzature utilizzate promiscuamente e che quindi, prima dell'utilizzo nella linea del senza glutine devono risultare adeguatamente sanificate (es. forno). La corretta sanificazione degli ambienti e delle attrezzature costituisce uno strumento fondamentale per contenere il rischio della contaminazione da glutine a carico dei prodotti alimentari. Sotto il profilo delle metodiche con cui effettuare le operazioni di pulizia, è importante premettere che queste devono essere svolte sia al termine di ogni giornata lavorativa, sia ad ogni cambio di lavorazione.

È possibile verificare l'efficacia del piano di pulizia valutando la concentrazione di glutine sulle superfici di lavoro, sugli utensili e sulle attrezzature e mani degli operatori, effettuando nell'eventualità analisi di laboratorio.

FASI DELLA SANIFICAZIONE:



Per i piani di pulizia si fa riferimento alla sezione specifica nel Manuale HACCP generale, in quanto non esistono differenze di modalità di lavaggio tra la pulizia di un piano contaminato da microorganismi che da glutine, la stessa procedura usata andrà bene per eliminare il glutine. Le operazioni di pulizia e disinfezione devono essere sempre seguite da un abbondante risciacquo.

Edizione N°01	Revisione N° 01	Data 06/08/2020	Appendice Pag 15/22
------------------	--------------------	--------------------	------------------------

IN SINERGIA S.R.L.S.

FORMAZIONE DEL PERSONALE

La formazione del personale è un obbligo previsto dal Regolamento CE 852/04, nel quale si afferma che gli operatori del settore alimentare devono assicurare che gli addetti alla manipolazione degli alimenti siano controllati e/o abbiano ricevuto un addestramento e/o una formazione, in materia d'igiene alimentare e per la gestione del servizio senza glutine, in relazione al tipo di attività.

Obiettivo è informare il personale sulla natura del rischio glutine, sulla sua gravità e sugli specifici pericoli connessi alle diverse fasi della linea produttiva.

Un'azienda di ristorazione in cui si effettui un servizio senza glutine è tenuta ad informare tutto il personale operante al suo interno relativamente al servizio offerto e alle buone prassi da seguire per il raggiungimento di un servizio il più sicuro possibile.

L'azienda dovrà quindi prevedere dei corsi rivolti al personale nei quali saranno trattati i seguenti argomenti base per tutti gli operatori:

- Cosa è la Celiachia ;
- Cos'è il glutine e dove si trova;
- Alimenti permessi, vietati e a rischio;
- Pericolo di contaminazione (lungo tutta la filiera);
- Procedure da attuare in ogni singola fase di produzione.

La formazione del personale è un elemento chiave per la riuscita di questo servizio, ed è quindi consigliabile effettuare almeno una volta all'anno un corso di aggiornamento sulla celiachia.

Edizione N°01	Revisione N° 01	Data 06/08/2020	Appendice Pag 16/22
------------------	--------------------	--------------------	------------------------

IN SINERGIA S.R.L.S.

CONCLUSIONI

Fino a pochi anni fa per un celiaco consumare un pasto con tranquillità e in sicurezza al di fuori delle mura domestiche, era quasi impossibile. Fortunatamente l'evoluzione in campo tecnologico, logistico, culturale, legislativo e professionale nell'ambito della ristorazione ha dato la possibilità ai soggetti celiaci di consumare pasti senza glutine nei diversi contesti dell'alimentazione fuori casa quali sala mensa, ristorante, pizzeria, bar.

Nonostante la linea di produzione di menù senza glutine, come le altre linee produttive dedicate a intolleranze e/o allergie alimentari, necessita una grande attenzione da parte del ristoratore, negli ultimi anni sempre più ristoratori hanno continuato a studiare e lavorare per offrire un pasto sicuro ad ogni cliente in base alle proprie esigenze alimentari.

Offrire un servizio senza glutine comporta l'implementazione di misure preventive da applicare nelle fasi di lavorazione, in aggiunta a quelle normalmente adottate in ogni fase per ridurre la contaminazione microbiologica ed esplicitate nel manuale HACCP

Dai dati emersi si evince che le maggiori difficoltà presentatesi al ristoratore nell'espletazione del servizio senza glutine sono stati la gestione delle criticità e la formazione del personale. A causa del rischio di contaminazione infatti la produzione senza glutine richiede una linea di lavoro ben organizzata e procedure ben definite, in aggiunta a quanto già implementato per la riduzione della contaminazione microbiologica. Tali procedure, insieme all'organizzazione generale del servizio dovranno ovviamente diventare bagaglio culturale di tutto il personale. Da qui derivano le difficoltà evidenziate relativamente alla formazione del personale. Tutto il personale infatti dovrà essere consapevole del servizio fornito e delle procedure seguite.

Edizione N°01	Revisione N° 01	Data 06/08/2020	Appendice Pag 17/22
------------------	--------------------	--------------------	------------------------

IN SINERGIA S.R.L.S.

Solo qualche accenno a...

DIETA PER FAVISMO La dieta per questi soggetti deve escludere completamente fave e piselli e tutti i preparati che li contengono sotto qualsiasi forma. Sono alimenti facilmente riconoscibili, in quanto per lo più vengono utilizzati tal quali; si possono però ritrovare in contorni misti di verdure, preparati per minestroni, passati di verdure freschi e/o surgelati.

PER SAPERNE DI PIU'

E' una patologia, su base genetica, dovuta ad un difetto dell'enzima glucosio -6- fosfato deidrogenasi o G6PD e che ha per conseguenza lo scatenamento di crisi emolitiche anche gravissime. Il difetto di glucosio-6-fosfato-deidrogenasi consente una vita perfettamente normale e non comporta in genere alcun disturbo, purché il soggetto colpito non ingerisca fave o determinati farmaci che possono provocare la crisi emolitica acuta. È perciò indispensabile che la condizione di carenza sia nota per prevenire questi rischi. Il favismo in fase acuta è invece una condizione piuttosto pericolosa, in quanto l'anemizzazione può essere rapida (poche ore) e drammatica, mettendo in serio pericolo la sopravvivenza del bambino.

DIETA PER FENILCHETONURIA

La dieta prevede una quasi totale eliminazione dell'amminoacido fenilalanina; questo è presente in moltissimi alimenti proteici e ciò obbliga non solo alla riduzione, ma spesso anche alla completa eliminazione di alcuni di essi, che devono essere sostituiti da alimenti speciali. Tale quota, così come quella degli alimenti normali, deve essere calcolata con estrema precisione per ogni soggetto. Pertanto la dieta deve essere personalizzata caso per caso e calcolata dal Centro per le malattie metaboliche a cui il paziente fa riferimento.

Il Centro produzione pasti deve rispettare scrupolosamente quanto indicato dalla Struttura sanitaria che ha preparato la dieta, pesando ogni volta gli alimenti previsti che verranno preparati in zone appositamente dedicate. Eventuali difficoltà interpretative delle prescrizioni vanno, comunque, sempre discusse con gli Specialisti dei Centri per le malattie metaboliche di riferimento.

PER SAPERNE DI PIU'

La fenilchetonuria è una malattia genetica, con frequenza di circa un soggetto colpito su 9000.

Edizione N°01	Revisione N° 01	Data 06/08/2020	Appendice Pag 18/22
------------------	--------------------	--------------------	------------------------

IN SINERGIA S.R.L.S.

DIETA PER OBESITA' E SOVRAPPESO

Lo schema dietetico non viene allegato in quanto trattasi di pazienti che necessitano di diete personalizzate, contenenti precise prescrizioni qualitative e quantitative. Solitamente una dieta per la riduzione del peso corporeo prevede in genere l'utilizzo delle stesse tipologie di alimenti del menù della refezione scolastica: è quindi facilmente sovrapponibile, per la maggior parte delle volte, al menù scolastico, pur con una riduzione delle grammature. Essendo necessario quindi porre particolare attenzione alle quantità, non dovranno essere somministrate porzioni aggiuntive, ad eccezione di frutta e verdura, escludendo patate e legumi. Non dovranno inoltre essere somministrati, a fine pasto e/o come merenda, dolci, gelati, budini, succhi di frutta che dovranno essere sostituiti da frutta fresca di stagione.

DIETE PER ALLERGIA E INTOLLERANZA

Negli ultimi anni si è verificato un incremento di intolleranze e allergie. Di fronte a sintomi di malattie in cui il sospetto di allergia alimentare è fondato, gli specialisti propongono generalmente una dieta di eliminazione, basata sul principio dell'esclusione degli alimenti che con maggior frequenza causano allergia.

Molti di questi alimenti sono contenuti in piccole o grandi quantità in alimenti trasformati, di composizione complessa, sui quali poggia gran parte della nostra alimentazione.

Poiché può essere sufficiente anche una minima quantità dell'alimento scatenante a determinare la comparsa dei sintomi, è indispensabile poter individuare con esattezza quali alimenti contengano l'elemento allergizzante ed eliminarli completamente.

Particolare attenzione deve essere rivolta ai criteri di diagnosi delle condizioni di intolleranza alimentare, poiché negli ultimi anni si è assistito al proliferare di test di diversa complessità e natura la cui validazione è ben lontana dall'essere acquisita. Se vi sono anticorpi specifici per alimenti allergizzanti, essi sono dimostrabili con test idonei; se tali anticorpi non sono presenti, ciò però non esclude la possibilità di un'intolleranza alimentare. L'approccio terapeutico più adeguato per definire quale possa essere l'alimento o gli alimenti allergizzanti, è costituito dalla cosiddetta dieta di esclusione dello o degli alimenti allergizzanti, che consiste nel tenere sotto costante controllo medico l'inserimento nella dieta di particolari alimenti ritenuti potenzialmente allergizzanti.

PER SAPERNE DI PIU'

L'allergia alimentare rappresenta l'effetto che hanno sul nostro organismo le sostanze contenute nei cibi che fanno parte della nostra dieta abituale, compresi quegli alimenti che assumiamo occasionalmente. Parlare di allergia significa parlare di una sintomatologia scatenata entro pochi minuti dall'assunzione di un determinato alimento o gruppo di alimenti (da 2-3 minuti a 30-120 minuti), la quale mette in azione il nostro sistema immunitario. L'allergia alimentare è mediata immunologicamente e i sintomi sono scatenati dall'assunzione anche di piccole quantità dell'alimento responsabile. Le reazioni più frequenti coinvolgono il cavo orale e il canale digestivo in genere, ma possono verificarsi sintomi anche a carico di altri organi bersaglio come la cute e o l'apparato respiratorio. La conseguenza più temibile dell'allergia alimentare è l'anafilassi che in alcuni casi può essere scatenata anche da quantità minime di alimento. L'intolleranza alimentare invece agisce in relazione alla quantità di alimenti non tollerati ingeriti e con un fenomeno di accumulo di cosiddette "tossine" nell'organismo, tale fenomeno determina l'insorgere di sintomi spesso sovrapponibili a quelli delle allergie, ma che se ne differenziano in quanto non interessano il sistema immunitario.

Edizione N°01	Revisione N° 01	Data 06/08/2020	Appendice Pag 19/22
------------------	--------------------	--------------------	------------------------

IN SINERGIA S.R.L.S.

ATTENZIONE: DURANTE LA PREPARAZIONE DELLA DIETA....

Controllare attentamente l'etichettatura degli alimenti utilizzati e somministrati, al fine di evitare l'introduzione di alimenti vietati.

Durante la preparazione dei pasti è necessario evitare qualsiasi possibile contaminazione degli alimenti facendo attenzione a: utilizzare, durante la preparazione, cottura e distribuzione dei cibi, piani di lavoro, tavoli, attrezzature, piatti, pentole, utensili, posate adibiti esclusivamente alla preparazione della dieta o organizzare il lavoro in modo da evitare contaminazione tra gli alimenti da utilizzare per il menù scolastico e quelli da utilizzare per la dieta o porre attenzione alle fasi di distribuzione di somministrazione delle diete.

Quando si elimina un alimento, viene escluso dalla dieta: - l'alimento tal quale (uova, latte, arachide); - i prodotti alimentari in cui tale alimento è presente come ingrediente (uova nei biscotti, arachide nell'olio di semi, etc...); - i prodotti alimentari in cui tale alimento è presente come coadiuvante tecnologico o come contaminante derivante dal procedimento di lavorazione del prodotto stesso.

ALLERGIA ALLE UOVA

L'allergia solitamente è verso le proteine dell'albuma, anche se può verificarsi una sovrapposizione di reattività tra le proteine dell'albuma e del tuorlo. Sono da escludere dalla dieta: uova intere (sia albuma che tuorlo) Alimenti contenenti uova come ingrediente (pasta all'uovo, prodotti da forno, dolci, merendine, torte, budini, salse preparate, maionese, ecc...) Alimenti contenenti derivati all'uovo quali: albumina, globulina, ovalbumina, livetina, ovoglobulina, ovomucina, ovomucoide, ovovitellina, vitellina Alimenti contenenti lecitina (E322), additivo usato come emulsionante in prodotti da forno, creme, salse e ricavato sia dalle uova che dalla soia; in etichetta deve essere specificato la provenienza (lecitina da uova).

Alimenti contenenti lisozima (E1105), sostanza presente nell'albuma, additivo spesso usato nei formaggi stagionati come battericida, ad esempio nel grana padano, nel montasio...In questo caso deve essere indicata la sua presenza in etichetta.

N.B. ATTENZIONE: verificare la presenza del lisozima nel grana padano, formaggio spesso usato in aggiunta a brodi, sughi, minestre, ecc... In alcuni soggetti con spiccata allergia all'uovo, può essere opportuno escludere dalla dieta la carne di pollo e di tacchino: in questo caso fa fede il certificato medico nel quale specificare tale esclusione.

Edizione N°01	Revisione N° 01	Data 06/08/2020	Appendice Pag 20/22
------------------	--------------------	--------------------	------------------------

IN SINERGIA S.R.L.S.

ALLERGIA AL LATTE E LATTICINI

E' un allergia piuttosto diffusa in cui l'allergene più importante è la caseina insieme alle proteine del latte (lattoalbumina e lattoglobulina), al siero di latte sia demineralizzato che in polvere o concentrato, al lattosio, alla caseina e derivati come caseinati di sodio, di calcio, di magnesio, al caramello come colorante o aromatizzante. Sono da escludere dalla dieta: Latte in tutte le diverse preparazioni, fresco, a lunga conservazione, in polvere, concentrato Panna Yogurt Formaggi freschi e stagionati Burro Alimenti contenenti latte come ingrediente es: prodotti da forno, dolci, merendine, torte, caramelle Budini Salse preparate, paste con ripieno Prosciutto cotto, wurstel, mortadella, salame Legumi e vegetali in scatola Dadi per brodo ed estratti vegetali Alimenti precotti, ecc. Alimenti contenenti caramello (a volte in pasticceria si utilizza il lattosio per la produzione di caramello).

ALLERGIA AI LEGUMI

Nella categoria dei legumi sono compresi fagioli, fave, lenticchie, ceci, piselli, cicerchie, fagiolini e lupini; appartengono inoltre alla famiglia dei legumi, anche se hanno un utilizzo diverso, la soia e le arachidi e le carrube, queste ultime vengono utilizzate come farina usata come addensante nell'industria alimentare. Nel caso in cui l'allergia e/o l'intolleranza fosse riferita a: fagioli, fave, lenticchie, piselli, ceci e fagiolini dovranno essere evitati: minestre, passati di verdura surgelati, minestrone, contorni ove tali alimenti possano essere presenti.

ALLERGIA ALLA SOIA

E' una allergia abbastanza diffusa che, il più delle volte, non implica una reattività verso gli altri tipi di legumi che, se concessi dal Medico, possono essere consumati da questi soggetti. Sono da escludere dalla dieta: Soia, germogli di soia, olio di soia e gli alimenti contenenti soia come ingrediente, quali: Miso (semi di soia miscelati con riso od orzo) Farina e latte di soia Tofu (formaggio di soia) Salsa di soia Olio di semi vari Grassi vegetali idrogenati Margarine Dadi da brodo o preparato per brodo (dall'idrolisi delle proteine residue dall'estrazione dell'olio di soia si ottiene glutammato monosodico utilizzato per la produzione di dadi da brodo) Caglio di germogli di soia Lecitina di soia Proteine idrolizzate di soia Addensanti a base di proteine di soia Amido vegetale Gelatina vegetale Attenzione: controllare particolarmente le merendine, i dolci e i prodotti dietetici.

Edizione N°01	Revisione N° 01	Data 06/08/2020	Appendice Pag 21/22
------------------	--------------------	--------------------	------------------------

IN SINERGIA S.R.L.S.

ALLERGIA ALLE ARACHIDI

E' una allergia che il più delle volte non implica una reattività verso gli altri tipi di legumi che quindi, se concessi dal Medico, possono essere consumati da questi soggetti. Le arachidi dette anche nocciole americane, possono essere utilizzati come ingredienti oppure consumati tal quale come frutta secca, salate o tostate Sono da escludere dalla dieta: Arachidi Olio di arachide Alimenti contenenti arachidi come ingrediente, quali: Olio di semi vari Oli vegetali in genere Estratti per brodo Burro di arachide Farina di arachide Margarina Grassi vegetali idrogenati Attenzione: leggere attentamente le etichette di merendine, prodotti dolciari e prodotti da forno.

ALLERGIA ALLA FRUTTA A GUSCIO (DENOMINATA GENERALMENTE FRUTTA SECCA)

La frutta secca è rappresentata da mandorle, arachidi noci, noci del Brasile, noce americana (pecan), noce di macadamia anacardi, castagne, nocciole, pinoli, pistacchi, semi di zucca e semi di girasole. La frutta a guscio viene utilizzata tal quale o come componente di particolari alimenti; in particolare: Nocciola: nell'industria dolciaria, nel cioccolato, nei dolci, nei gelati Noci : in preparazioni gastronomiche (salsa di noci) Pinoli: in preparazioni dolciarie e pesto Pistacchi: nella produzione gelatiera e dolciaria Mandorle: nella industria dolciaria per confetti, torroni, croccanti, pasticcini tipici, bevande e base di latte di mandorla, orzata Semi di girasole: per l'estrazione dell'olio In caso di dieta priva di frutta secca, porre quindi particolare attenzione alla lettura delle etichette di prodotti a base di cioccolato, di dolciumi, gelati, salse, prodotti di pasticceria e bevande.

Attenzione: leggere attentamente le etichette se indicano la presenza di grassi vegetali: etichette se indicano la presenza di grassi vegetali: possono contenere semi di girasole.

ALLERGIA AL MAIS O GRANOTURCO E DERIVATI

Sono da escludere dalla dieta i seguenti alimenti: Farina gialla Polenta Fioretto Maizena Focchi di mais (spesso usati come cereali da prima colazione) Pop-corn Mais in scatola Olio di semi di mais Olio di semi vari Margarina Grassi vegetali Maionese Prodotti di pasticceria e da forno Prodotti per l'infanzia Gelati Gelatine. Dovranno essere esclusi dalla dieta anche alimenti contenenti derivati del mais quali: destrine e maltodestrine, zucchero fermentato, glutine di mais, amido di mais, colla alimentare, sciroppo di glucosio, destrosio. Questi vengono usati come ingredienti dei prodotti di pasticceria, confetteria, gelateria, prodotti per l'infanzia, lieviti artificiali, salse, prodotti liofilizzati.

Edizione N°01	Revisione N° 01	Data 06/08/2020	Appendice Pag 22/22
------------------	--------------------	--------------------	------------------------

IN SINERGIA S.R.L.S.

ALLERGIA AL PESCE

E' una allergia abbastanza diffusa: quando si indica tale tipo di allergia sono da escludere dalla dieta tutti i prodotti ittici e quindi pesci, molluschi e crostacei. Si deve sostituire l'alimento con altro tipo di secondo piatto (carne, pollo, tacchino, uova, formaggi o affettati).

ALLERGIA AI VEGETALI (frutta e verdura) Sono allergie particolari che riguardano uno o più prodotti vegetali. Quelli che più frequentemente scatenano relazioni allergiche sono: pomodori (segue schema dietetico), melanzane, sedano, finocchi, carote, mela, pera, kiwi, ananas, pesche. In caso di allergia è opportuno verificare gli ingredienti utilizzati per la preparazione dei piatti previsti nel menù; al fine di non somministrare gli alimenti allergizzanti che dovranno essere sostituiti con altri prodotti ortofrutticoli.

ALLERGIA A CEREALI, CARNI etc..

Sono allergie non molto frequenti che, per la tipologia di alimenti interessati presenti in notevoli quantità in qualsiasi menù scolastico, necessitano di una dieta personalizzata ed equilibrata in nutrienti. Dovranno inoltre essere acquistati idonei prodotti dietetici. **ALLERGIE A SOSTANZE PRESENTI COME ADDITIVI O RESIDUI NEGLI ALIMENTI** Le sostanze presenti come additivi o residui di lavorazioni tecnologiche negli alimenti sono molte; ne indichiamo alcune tra quelle che più frequentemente hanno provocato reazioni allergiche. In ogni caso è importante leggere l'etichetta e conoscere i diversi modi con cui viene indicata la sostanza in questione (categoria di appartenenza, nome chimico o sigla di riferimento E.....)

Tra le più diffuse allergie agli additivi, ci sono quelle ai conservanti, quali i derivati della anidride solforosa, presente in molti alimenti di uso comune quali: succhi di frutta, confetture e marmellate, fiocchi di patate per purè, frutta secca e frutta candita (come residuo), e quelli dell'acido benzoico. Tra le sostanze presenti come residui negli alimenti o presenti in minima quantità, il nichel è quella che evidenzia maggior rischio di provocare allergia. In questo caso dovranno essere eliminati dai menù i cibi in scatola o cotti in pentole di acciaio inossidabile e, considerando gli alimenti che possono essere presenti in un menù della refezione scolastica, gli asparagi, i fagioli, le cipolle, il mais, gli spinaci, i pomodori, i piselli, le farine integrali, le pere, il the, il cacao e la cioccolata.