

UFFICIO NUTRIZIONE

REFLECTIO



RISTORAZIONE

Dalle Comunità Religiose alle
Scuole, Case per Ferie , Centri
di Spiritualità ed Aziende.

NUTRIZIONE E DIETETICA

Brochure Informativa

ALTRI SERVIZI

Sicurezza del Lavoro, Pulizie,
Manutenzione, Portierato e
Lavanderia.





NUTRIZIONE E DIETETICA

MISSION

Una corretta alimentazione costituisce uno straordinario fattore di salute e la nutrizione ne sta alla base.

L'aspetto nutrizionale è parte di una visione strategica più ampia del percorso di salute all'interno di un'attività assistenziale o scolastica, di qualità.

La **Ristorazione in ospedale** e nelle strutture assistenziali deve divenire un momento di educazione alimentare e di vera e propria cura; a tal fine, occorre sensibilizzare e formare il personale, renderlo consapevole della delicatezza della materia e disporre di strumenti fondamentali quali il Prontuario dietetico (o Dietetico), il monitoraggio del grado di soddisfazione del paziente e la rilevazione periodica degli scarti.

Per quanto riguarda invece la **Ristorazione Scolastica**, risulta fondamentale sin dall'infanzia, l'adozione di abitudini alimentari corrette per la promozione della salute e la prevenzione di patologie cronico-degenerative di cui l'alimentazione scorretta è uno dei principali fattori di rischio.

I menu scolastici devono quindi rispondere a requisiti di adeguatezza, in termini di apporto di nutrienti nelle varie fasce di età, e di promozione di alimenti riconosciuti come protettivi per la salute (verdure, legumi, frutta e pesce), considerando nel contempo l'appropriatezza dell'offerta sulla base di indicatori di gradimento sensoriale.



UFFICIO NUTRIZIONE

WORK OUT

I menù, le tabelle dietetiche ed il prontuario adottati per il Servizio Refezione sono predisposti da Dietiste e Nutrizioniste Refectio, con la collaborazione di esperti delle Aziende Sanitarie Locali (ASL, ATS,...) tenendo conto dei parametri nutrizionali indicati dalla SINU (Società Italiana di Nutrizione Umana) con i nuovi LARN (Livelli di Assunzione di Nutrienti e energia per la popolazione italiana - ottobre 2014), dalle Linee di indirizzo per la refezione scolastica - assistenziale e delle Linee Guida per una sana alimentazione italiana.

CARATTERISTICHE

TABELLA DIETETICA

Copre l'intero anno solare, compreso il periodo estivo

Evidenzia le varie fasce di età degli utenti fruitori del pasto

Contiene le grammature al crudo e al netto degli scarti di lavorazione

Vengono riportate le tipologie di piatti e le categorie merceologiche

Comprende: primi piatti, secondi di carne e pesce, uova, formaggi, salumi, frutta



CARATTERISTICHE

MENU

I menù, elaborati da personale con qualifica professionale specifica (DIETISTE E NUTRIZIONISTE) vengono sviluppati in modo da non ripetere quasi mai la stessa ricetta, e diversi per il periodo autunno-inverno e primavera-estate. Questi si susseguono secondo un calendario stabilito annualmente dall'Ufficio Nutrizione. In tal modo riusciamo a garantire la disponibilità di ortaggi e frutta in relazione alle stagioni ed a soddisfare la necessità fisiologica di modificare l'alimentazione secondo il clima.

Variabilità e Porzioni Corrette

Un menù variato oltre a far conoscere alimenti diversi e nuovi sapori, stimola curiosità verso il cibo. La variabilità del menù per il pranzo può essere ottenuto semplicemente con l'utilizzo di prodotti di stagione, con i quali si possono elaborare ricette sempre diverse, mentre l'attenzione alle porzioni sta acquisendo un'importanza crescente per la possibile correlazione del peso corporeo con la dimensione media delle porzioni piuttosto che con le scelte qualitative dei cibi effettuate dai bambini.

SI alla Frutta e Verdura

Al fine di incentivare il consumo di frutta fresca di stagione, quale alimento protettivo per la salute e di limitare nel contempo il consumo di merende di scarsa qualità nutrizionale, risulta strategica l'anticipazione della frutta prevista a fine pasto come merenda di metà mattina, inoltre il consumo di adeguate quantità di frutta e ortaggi consente di ridurre la densità energetica della dieta.

L'indice di gradimento delle varie pietanze viene monitorato attraverso rilevazioni giornaliere effettuate dal Nostro personale in loco e tramite il supporto delle Commissione Mensa dei genitori e dei Clienti.



Lo scopo del prontuario dietetico è fornire uno strumento chiaro a tutti coloro che sono coinvolti nella gestione delle Diete Speciali.

CARATTERISTICHE

PRONTUARIO DIETETICO

Il Prontuario Dietetico rappresenta un mezzo valido per pianificare ed ottimizzare l'intervento nutrizionale e consente di conciliare le esigenze terapeutiche con quelle tecnico-amministrative.

Il Dietetico contiene prescrizioni dietetiche elaborate considerando le patologie, intolleranze, allergie ed esigenze nutrizionali particolari.

I menù devono essere settimanali, periodicamente aggiornati e variati anche in base alla stagionalità. Le calorie totali giornaliere vanno ripartite tra colazione (20%), pranzo (40%) e cena (40%).

Qualora, come auspicabile, siano previsti anche merende o spuntini sarà necessario modificare la suddetta ripartizione.

Prontuario per lo Scolastico

Contiene specifiche indicazioni dietetiche per :

- Diabete,
- Obesità/ Sovrappeso,
- Ipercolesterolemia,
- Dieta Leggera,
- Intolleranze,
- Allergie (Muffe, alimenti istamino liberatori o ricchi di istamina)

Dietetico Ospedaliero

Contiene specifiche indicazioni per diete standard quali :

- Ipocalorica,
- Ipercalorica,
- Senza Glutine,
- Ipoproteica,
- Per Disfagia,
- Per Rialimentazione

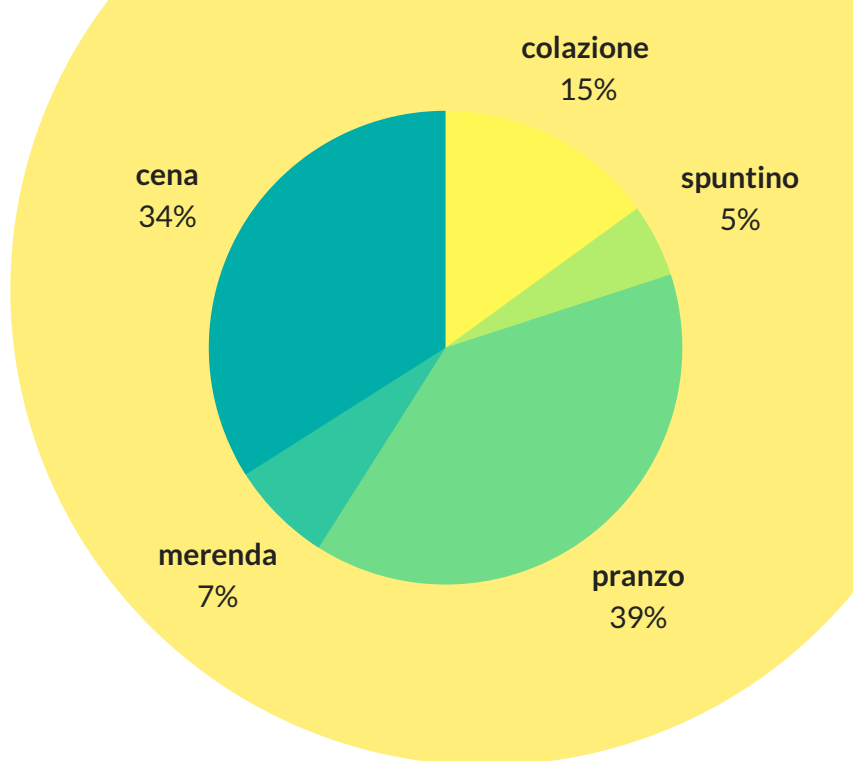
Questo Dietetico contiene inoltre schemi dietetici ad personam: Creati per soggetti con problematiche nutrizionali complesse. Le diete ad personam vengono prescritte dallo specialista in Nutrizione clinica, calcolate dal dietista ed allestite utilizzando grammature, alimenti e modalità di preparazioni specifiche.

GIORNATA ALIMENTARE

Ripartizione calorica raccomandata

Sulla base delle ultime Linee Guida elaborate dalle ATS delle diverse Regioni in cui Refectio opera, dei nuovi LARN (Rev.2014) nonché delle linee guida Nazionali e Regionali relative alla ristorazione assistenziale, l'Ufficio Nutrizione Refectio ha revisionato la tabella dietetica, adattandola alle nuove indicazioni presenti in tali documenti.

In particolar modo sono state riviste le grammature dei primi piatti e dei secondi piatti (carne e pesce), modificandole dove necessario, al fine di fornire agli utenti il giusto apporto rispettivamente di carboidrati complessi e proteine, in ragione delle diverse fasce di età.



Per quanto concerne le principali fonti di grassi, ovvero formaggi e olio per il condimento, la grammatura è stata leggermente diminuita.

La grammatura dei legumi secchi, invece, è stata aumentata, mentre è rimasta invariata quella dei legumi freschi (hanno già una buona resa). Questo al fine di incentivare e promuoverne il consumo, poiché sono una buona fonte di proteine, fibra, vitamine e sali minerali e al contempo sono poveri di grassi saturi, dannosi per la circolazione.



**"PER ESSERE
PREPARATO DOMANI
DEVI FARE DEL TUO
MEGLIO OGGI "**

Bibliografia



Ministero della Salute DIPARTIMENTO PER LA SANITA' PUBBLICA VETERINARIA, LA NUTRIZIONE E LA SICUREZZA DEGLI ALIMENTI DIREZIONE GENERALE DELLA SICUREZZA DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE LINEE DI INDIRIZZO NAZIONALE PER LA RISTORAZIONE OSPEDALIERA E ASSISTENZIALE.

LINEE DI INDIRIZZO PER LA RISTORAZIONE NELLE STRUTTURE RESIDENZIALI EXTRAOSPEDALIERE

LARN 2014 - http://www.sinu.it/public/20141111_LARN_Porzioni.

LINEE DI INDIRIZZO NAZIONALE PER LA RISTORAZIONE SCOLASTICA, Ministero della Salute, Conferenza Unificata Provvedimento 29 aprile 2010 Intesa, ai sensi dell'art.8, comma 6, della legge 5 giugno 2003, n.131, G.U. n. 134 del 11-6-2010.

<http://www.federsanita.it/public/libroRISTORAZIONEScolastica>

<http://www.epicentro.iss.it/>

contact us

Refectio srl
Via Cadorna, 24
20832 Desio (MB)
Tel: 0362-179.38.56
www.Refectio.it

available in

Valle d'Aosta, Piemonte
Lombardia, Emilia Romagna,
Veneto, Marche, Toscana
Lazio, Campania, Sicilia