

ALLEGATO 2

(AL CAPITOLATO DI GESTIONE)

**SPECIFICHE TECNICHE RELATIVE ALLA STRUTTURA
E ALLA COMPOSIZIONE DEI PASTI**

Disposizioni Generali

I pasti che l'Amministrazione Contraente potrà richiedere per il Servizio di Ristorazione Base sono:

- Prima colazione
- Pranzo
- Cena

I Pranzi e le Cene, in particolare, sono costituiti da:

- Pasto standard
- Pasto ridotto
- Portate extra (solo per allievi ordinari e perfezionandi)
- Pasto da ricorrenza
- Cestini sostitutivi del pasto

1. Struttura del Menù

La struttura del menu è variabile e da' la possibilità all'utente di scegliere, per ciascuna portata, tra più preparazioni gastronomiche tra loro equivalenti. L'assortimento minimo del menu prevede:

a) Per la prima colazione

- Assortimento di brioche
- Assortimento di salumi
- Uova
- Latte fresco intero
- Latte fresco parzialmente scremato
- Caffè, the, cioccolata calda, caffè d'orzo
- Succo di frutta
- Spremuta d'arancia
- Yogurt
- Varietà di cereali
- Confezioni monodose di burro, miele, marmellate e cioccolate
- Frutta di stagione
- Trancio di torta
- Pane e grissini
- Acqua naturale e gassata

b) Per il Pranzo

- Tre primi piatti
- Primi piatti fissi (riso/pasta bianca/pomodoro/ragù/pesto)
- Tre secondi piatti di cui uno obbligatoriamente vegetariano
- Secondi piatti fissi (fette di carne rossa/bianca alla griglia)
- Tre contorni
- Varietà di insalate fresche
- Frutta fresca
- Yogurt, gelato, dessert
- Varietà di pane, grissini
- Vino 1/4 di litro, birra 1/3 di litro, latte 1/5 di litro, bevanda analcolica
- Acqua naturale e gassata

b) Per la Cena

- Due primi piatti
- Primi piatti fissi (riso/pasta bianca/pomodoro/ragù/pesto)
- Due secondi piatti di cui uno obbligatoriamente vegetariano
- Secondi piatti fissi (fette di carne rossa/bianca alla griglia)
- Due contorni
- Varietà di insalate fresche
- Frutta fresca
- Yogurt, gelato, dessert
- Varietà di pane, grissini
- Vino 1/4 di litro, birra 1/3 di litro, latte 1/5 di litro, bevanda analcolica
- Acqua naturale e gassata

2. Opzioni nella scelta dei Menu

Per ogni pasto, rispetto all'assortimento minimo sopra descritto, l'utente ha diritto a:

a) Prima Colazione

- Una brioche o salumi (50gr.) o n. 01 uova e salumi per gr. 25
- Una bevanda calda (indicativamente 1/3 litro) a scelta tra: latte fresco intero o parzialmente scremato/ /caffè/the/cioccolata calda/caffè d'orzo
- Un succo di frutta o una spremuta di arancia o uno yogurt
- Cereali 50 gr.
- Un burro monodose da gr. 20
- Una confezione monodose da assortimento di marmellata o cioccolata o miele
- Un frutto (o dessert o dolce)
- Pane 50 gr. o grissini 30 gr circa.
- Acqua naturale e gassata

b) Pranzo e Cena – opzione standard

- Una porzione di primo
- Una porzione di secondo
- Una porzione di contorno
- Una porzione di frutta
- Yogurt o gelato o dessert
- Una porzione di pane o grissini
- Acqua
- Un'ulteriore bevanda

In sostituzione dello yogurt e del gelato una volta la settimana dovrà essere distribuito il dolce, senza alcun onere aggiuntivo per la Scuola.

Possibilità alternative minime per la composizione del pasto standard da parte dell'utente

L'utente ha diritto di scegliere tra più combinazioni equivalenti tra loro.

Le alternative al primo piatto possono essere:

- Una porzione di frutta
- Una porzione di contorno
- Preparazione di salumi (mezza porzione)
- Preparazione di formaggi (mezza porzione)

Gara per la fornitura del servizio di ristorazione collettiva

Le alternative al secondo piatto possono essere:

- Due porzioni di contorno
- Una porzione di primo
- Preparazione di salumi (una porzione)
- Preparazione di formaggi (una porzione)
- Altro “piatto freddo” (per es. uova, tonno, ecc.) → dietro prenotazione del singolo utente entro le ore 10.00 della mattina.

Le alternative al contorno possono essere:

- Una porzione di frutta.

c) Pranzo e Cena – portate extra (solo per allievi ordinari e perfezionandi)

- Una porzione di primo supplementare
oppure
- Una porzione di secondo supplementare
oppure
- Una porzione di contorno supplementare

Le portate extra saranno computate separatamente ai fini della fatturazione in base agli effettivi consumi.

d) Pranzo e Cena – opzione ‘pasto ridotto’

La riduzione consiste nella facoltà di scelta da parte dell’utente solo di alcune portate del Menu. La Scuola ritiene opportuno fissare il prezzo del “pasto ridotto” a 2/3 del prezzo offerto dall’aggiudicatario per il pasto intero. Con l’aggiudicatario, in base ai prezzi unitari delle portate ed anche dei singoli alimenti disponibili (primi piatti, secondi piatti, contorni, piatti freddi, frutta, dessert, pane, bevande, ecc.), sarà definita una tabella di possibili combinazioni del *pasto ridotto*, fino al raggiungimento del prezzo prestabilito.

3. Pasti da ricorrenza

Il Fornitore deve garantire, senza alcun onere aggiuntivo per la Scuola, in occasione o in vicinanza di ***ricorrenze particolari*** (religiose o civili) concordate con la Scuola stessa, fino ad un massimo di n° 5 annue, l’integrazione dei pasti con alcune preparazioni gastronomiche, in armonia con le ricorrenze, in modo che la composizione del menu in tali circostanze, comprenda:

- > **Antipasto misto**
- > Primo piatto
- > Secondo piatto
- > Contorno
- > Frutta
- > Yogurt
- > **Dolce**
- > **Spumante** (1 bottiglia da un litro ogni 6 utenti)
- > Pane o grissini
- > Acqua e un’ulteriore bevanda

4. "Cestini" sostitutivi del pasto (pranzo o cena)

Il Fornitore deve garantire, senza alcun onere aggiuntivo per la Scuola, la preparazione di "Cestini" alternativi al pasto previsto, la cui composizione minima è la seguente:

- > N. 1 panino imbottito con carne (pane g 50, arrosto o cotoletta g 70)
- > N. 1 panino con salume o formaggio (pane g 50, salume o formaggio g 35)
- > N. 1 frutto di stagione (g 180 -200)
- > N. 1 bevanda (bibita in lattina o succo di frutta o 1/2 lt acqua)
- > 1 yogurt o dessert
- > Tovaglioli
- > Bicchieri
- > Sacchetto contenitore in carta

Tali cestini potranno essere richiesti dai singoli utenti all'occorrenza e previa prenotazione entro le ore 18.00 del giorno precedente.

5. Tipi di menu previsti

5.1 Menu base, Dieta ordinaria e Frequenza preparazioni gastronomiche

Il Fornitore elaborerà il menu base con le eventuali alternative facendo riferimento alle necessità nutrizionali relative alla classe di utenza con attività fisica leggera secondo le frequenze di inserimento delle preparazioni gastronomiche di cui alle tabelle 1 e 2 e delle grammature previste per i principali alimenti facenti parte dell'alimentazione italiana di cui alla tabella 3.

Se non a seguito di specifico accordo con la Scuola, escludendo le preparazioni sempre disponibili nel menù, una stessa preparazione non può ripetersi più di due volte a settimana in ogni tipo di pasto (pranzo/cena) nel caso di erogazione dei pasti per cinque giorni settimanali (non più di tre volte nel caso di erogazione di pasti per sei-sette giorni settimanali) e non più di una volta al giorno laddove sia prevista la distribuzione sia del pranzo che della cena.

Le frequenze sotto riportate fanno riferimento allo svolgimento del servizio per i giorni settimanali e per le settimane mensili riportate in ciascuna colonna.

Tabella 1: Frequenze relative al Pranzo

Codici	Preparazioni gastronomiche	N° volte/ 4 settimane/ 7 gg settimanali
P	Primi Piatti:	
P.1	Preparazioni a base di paste speciali	6
P.2	Preparazioni asciutte condite	50
P.3	Preparazioni in brodo	28
P.4	Preparazioni asciutte in bianco	28
P.5	Preparazioni al pomodoro	28
P.6	Preparazioni a base di formaggi (porzione ridotta)	28
P.7	Preparazioni a base di salumi (porzione ridotta)	28
S	Secondi Piatti:	
S.1	Preparazioni a base di carni rosse	6
S.2	Preparazioni a base di carne di vitello	6
S.3	Preparazioni a base di carni bianche	16
S.4	Preparazioni a base di pesci/molluschi	28
S.5	Preparazioni a base di uovo e/o formaggi e/o verdure	28
S.6	Preparazioni a base di carni rosse o bianche alla griglia (a rotazione)	28
S.7	Preparazione a base di formaggi	28
S.8	Preparazioni a base di salumi	28
P.2	Preparazioni asciutte condite (solo per pizze)	10
U	Piatti unici	
U.1	Piatti unici a base di cereali e alimenti di origine animale	14
U.2	Piatti unici a base di verdure e alimenti di origine animale	28
C	Contorni:	
C.1	Contorni crudi	28
C.2	Contorni cotti	56
D	Frutta/ dolci/ dessert	
D.1	Frutta fresca di stagione	28
D.2	Preparazioni a base di frutta	28
D.3	Dessert o dolce o yogurt	28
F	Pane o grissini	
F.1	Pane	28

N.B. le frequenze dei contorni cotti e crudi sopra riportate sono riferite al menu invernale. Per i menu estivi esse devono essere invertite (es. Menu invernale: contorni crudi 20 - contorni cotti 40; Menu estivo: contorni crudi 40 - contorni cotti 20).

Tabella 2: Frequenze relative alla Cena

Codici	Preparazioni gastronomiche	N° volte/ settimane/ 7 gg settimanali
P	Primi Piatti:	
P.1	Preparazioni a base di paste speciali	3
P.2	Preparazioni asciutte condite	25
P.3	Preparazioni in brodo	28
P.4	Preparazioni asciutte in bianco	28
P.5	Preparazioni al pomodoro	28
P.6	Preparazioni a base di formaggi (porzione ridotta)	28
P.7	Preparazioni a base di salumi (porzione ridotta)	28
S	Secondi Piatti:	
S.1	Preparazioni a base di carni rosse	4
S.2	Preparazioni a base di carne di vitello	2
S.3	Preparazioni a base di carni bianche	8
S.4	Preparazioni a base di pesci/molluschi	6
S.5	Preparazioni a base di uovo e/o formaggi e/o verdure	8
S.6	Preparazioni a base di carni rosse o bianche alla griglia (a rotazione)	28
S.7	Preparazione a base di formaggi	28
S.8	Preparazioni a base di salumi	28
P.2	Preparazioni asciutte condite (solo per pizze)	10
U	Piatti unici	
U.1	Piatti unici a base di cereali e alimenti di origine animale	14
U.2	Piatti unici a base di verdure e alimenti di origine animale	28
C	Contorni:	
C.1	Contorni crudi	28
C.2	Contorni cotti	56
D	Frutta/ dolci/ dessert	
D.1	Frutta fresca di stagione	28
D.2	Preparazioni a base di frutta	28
D.3	Dessert o dolce o yogurt	28
F	Pane o grissini	
F.1	Pane	28
F.2	Grissini	28

N.B. le frequenze dei contorni cotti/ crudi sopra riportate sono riferite al menu invernale. Per i menu estivi esse devono essere invertite (es. Menu invernale: contorni crudi 20 - contorni cotti 40; Menu estivo: contorni crudi 40 - contorni cotti 20).

5.2 Grammature dei principali alimenti

Si definisce "porzione" la quantità standard di alimento espressa in grammi che si assume come unità di misura da utilizzare per un'alimentazione equilibrata. Al di là del contenuto in nutrienti, la porzione deve essere innanzitutto di dimensioni "ragionevoli"; deve cioè soddisfare le aspettative edonistiche del consumatore ed essere conforme alla tradizione alimentare. Le quantità di grammi proposte per ciascuna porzione assumono perciò il significato di "unità pratica di misura della quantità di alimento consumata".

Gara per la fornitura del servizio di ristorazione collettiva

Il peso in grammi delle varie porzioni è riportato nella tabella 3. Data la molteplicità di preparazioni gastronomiche, che spesso richiedono l'utilizzazione di più alimenti (es. lasagne), le porzioni si riferiscono all'alimento di base (es. pasta) al crudo e al netto degli scarti.

Per quanto riguarda le grammature degli ingredienti delle singole preparazioni gastronomiche si fa riferimento al ricettario on-line dell'Accademia Italiana di Cucina (www.accademiaitalianacucina.it/).

Tabella 3. Porzioni standard nell'alimentazione italiana

GRUPPO DI ALIMENTI	ALIMENTO	PORZIONE (g)
LATTE E DERIVATI	latte	125 (un bicchiere)
	yogurt	125 (un vasetto)
	formaggio fresco	100
	formaggio stagionato	50
CARNE, PESCE, UOVA	carne fresca	100 (a crudo)
	carne conservata (salumi)	50
	pesce	150 (a crudo)
	uova	un uovo (circa 50 g a crudo)
LEGUMI	legumi freschi	100 (a crudo)
	legumi secchi	30 (a crudo)
CEREALI E TUBERI	pane	50
	prodotti da forno	50
	pasta o riso (*)	80 (a crudo)
	pasta fresca all'uovo (*)	120 (a crudo)
	pasta fresca ripiena (*)	180 (a crudo)
	patate	200 (a crudo)
ORTAGGI E FRUTTA	insalate	50
	ortaggi	250 (a crudo)
	frutta o succo	150
CONDIMENTI	olio	10
	burro	10
	margarina	10

(*) in minestra la porzione è dimezzata

5.3 Variazioni in peso degli alimenti con la cottura

Tabella 4 Variazione peso crudo /peso cotto

BOLLITURA	ALIMENTO	PESO COTTO (g) <i>(per 100 g di alimento crudo)</i>
<i>Cereali e derivati</i>	Pasta di semola corta	200
	Pasta all'uovo secca	300
	Riso parboiled	235
	Tortellini freschi	190
<i>Legumi freschi</i>	Fagiolini	95
	Piselli	90
<i>Legumi secchi</i>	Ceci	290
	Fagioli	240
	Lenticchie	250
<i>Verdure ortaggi</i>	Bieta	85
	Carciofi	75
	Carote	90
	Cavolo verza	100
	Cipolle	70
	Finocchi	85
	Patate con buccia	100
	Patate pelate	90
	Spinaci	85
	Zucchine	90
<i>Carni</i>	Bovino adulto, carne magra	65
	Pollo(petto)	90
	Tacchino (petto)	98
<i>Pesci surgelati</i>	Merluzzo	80

FRITTURA	ALIMENTO	PESO COTTO (g) <i>(per 100 g di alimento crudo)</i>
<i>Carni</i>	Bovino adulto, fettina panata	90
	Pollo, petto impanato	80
<i>Varie</i>	Frittata con verdure: zucchine, spinaci ecc.	75
ARROSTIMENTO	ALIMENTO	PESO COTTO (g) <i>(per 100 g di alimento crudo)</i>
<i>Carni</i>	Bovino adulto, carne magra	55
	Pollo, petto	70
	Tacchino, petto	70
<i>Pesci surgelati</i>	Merluzzo, nasello, platessa	70
<i>Varie</i>	Melanzane	40
	Peperoni	95