

AGGIORNAMENTO TEORICO/PRATICO  
SULLA PREPARAZIONE DI PASTI SPECIALI E IN PARTICOLARE PER  
CELIACI NELLA RISTORAZIONE

# **NORMATIVA ALLERGENI NELLA RISTORAZIONE**

Dr.ssa Rita De Noni  
Responsabile Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione  
Azienda Ulss7

Conegliano 30/11/2015

# **Regolamento UE n. 1169/2011 del 25 ottobre 2011 relativo alla fornitura di informazioni sugli alimenti ai consumatori**

- Entrato in vigore il 13/12/2014;
- Dichiarazione nutrizionale obbligatoria applicabile dal 13/12/2016

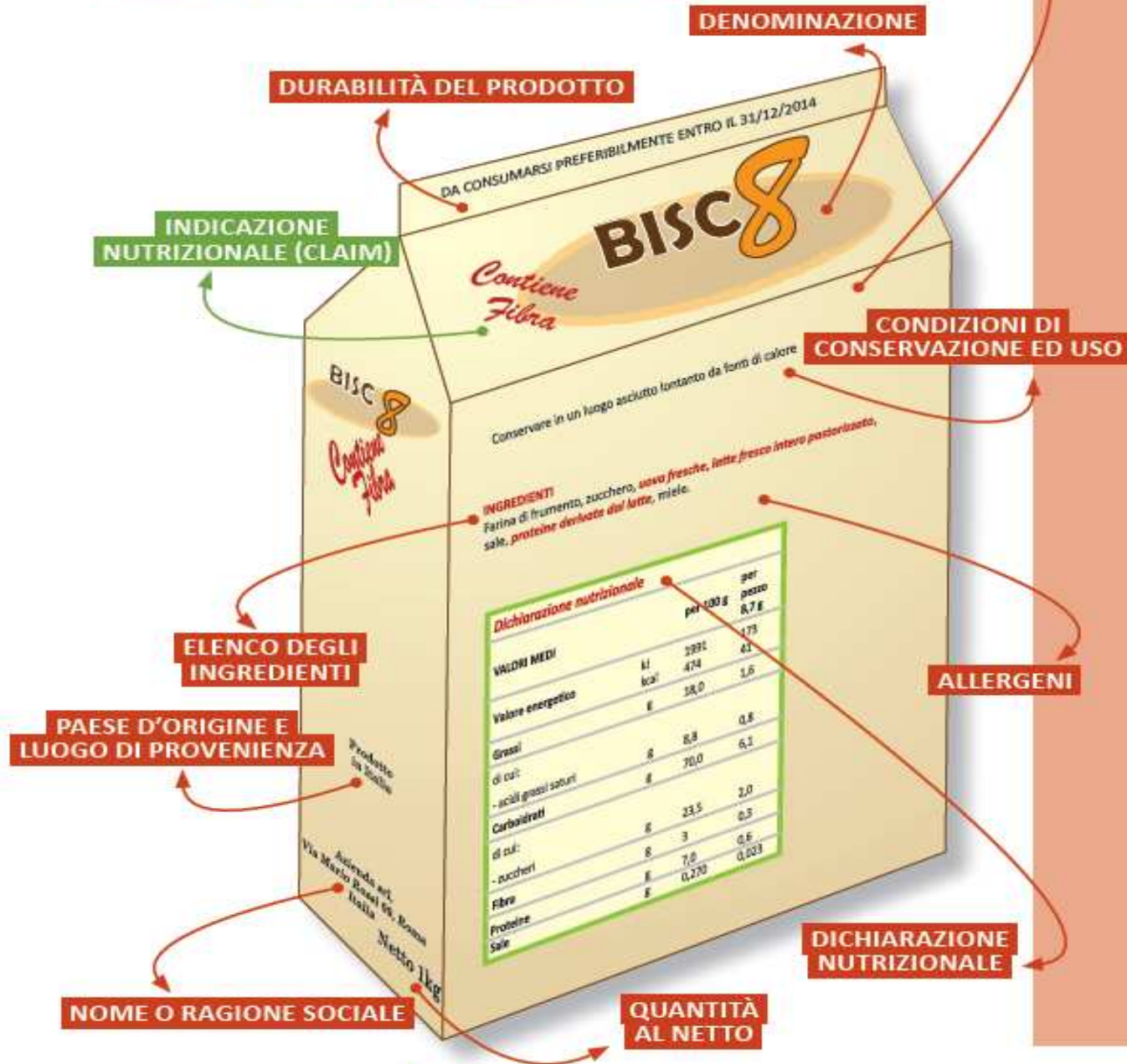
# **COS'E' L'ETICHETTA?**

“é qualunque marchio commerciale o di fabbrica, segno, immagine o altra rappresentazione grafica scritto, stampato, stampigliato, marchiato, impresso in rilievo o a impronta sull'imbballaggio o sul contenitore di un alimento o che accompagna tale imballaggio o contenitore.”

(Art. 1 Reg. 1169/2011)

### Leggibilità delle informazioni

Tutte le indicazioni devono essere stampate in modo chiaro e leggibile in carattere pari o superiore a 1,2 mm. Nelle confezioni più piccole il carattere deve essere pari o superiore a 0,9 mm.



# INDICAZIONI OBBLIGATORIE

## 1. Denominazione dell'alimento

Accanto alla denominazione deve essere indicato lo stato fisico nel quale si trova il prodotto o lo specifico trattamento che ha subito (ad esempio in polvere, ricongelato, liofilizzato, surgelato, concentrato, affumicato).

es.

biscotti frollini

Pasta di semola di grano duro

Yoghurt magro con fragole

Pasta fresca all'uovo con  
ripieno al radicchio

Latte microfiltrato

pastorizzato omogeneizzato

parzialmente scremato

*Crema* da spalmare alla  
nocciola e cacao

Tortine con carote, mandorle e  
succo d'arancia

Patatine fritte

Per i prodotti congelati prima della vendita e che sono venduti decongelati sarà obbligatorio riportare, accanto alla denominazione del prodotto, l'indicazione "decongelato".

N.B. Il nome dell'alimento può fornire la sua descrizione

# INDICAZIONI OBBLIGATORIE

## 2. **Elenco degli ingredienti**

È l'elenco di tutte le sostanze impiegate nella produzione, in ordine decrescente di peso.



- Una delle novità più importanti riguarda l'indicazione degli **allergeni** che deve essere evidenziata con **carattere diverso** rispetto agli altri ingredienti per dimensioni, stile o colore, in modo da permettere di visualizzarne rapidamente la presenza.





Anche i prodotti sfusi devono riportare obbligatoriamente l'indicazione della presenza degli allergeni che troveremo segnalata anche sui prodotti somministrati nei ristoranti, mense, bar ecc.

Nel caso di presenza di “oli vegetali” o “grassi vegetali” ci sarà un apposito elenco che ne indicherà l’origine specifica (es. olio di palma, olio di cocco, grassi idrogenati ecc.)

# INDICAZIONI OBBLIGATORIE

## 3. Sostanze o prodotti che provocano allergie o intolleranze elencate nel Reg. CE n. 1169/2011

- ❑ Cereali contenenti glutine: grano, farro e grano khorasan, segale, orzo, avena, (.....)
- ❑ Crostacei e prodotti a base di crostacei
- ❑ Uova e prodotti a base di uova
- ❑ Pesce e prodotti a base di pesce (.....)
- ❑ Arachidi e prodotti a base di arachidi
- ❑ Soia e prodotti a base di soia (.....)
- ❑ Latte e prodotti a base di latte (.....)

# INDICAZIONI OBBLIGATORIE

3. **Sostanze o prodotti che provocano allergie o intolleranze elencate nel Reg. CE n. 1169/2011**
- Frutta a guscio: mandorle, nocciole, noci, noci di acagiù, noci di pecan, noci del Brasile, pistacchi, noci macadamia e i loro prodotti
  - Sedano e prodotti a base di sedano
  - Senape e prodotti a base di senape
  - Semi di sesamo e prodotti a base di semi di sesamo
  - Anidride solforosa e solfiti in concentrazioni superiori a 10 mg/Kg o 10 mg/l di SO<sub>2</sub>
  - Lupini e prodotti a base di lupini
  - Molluschi e prodotti a base di molluschi

## Allergeni più comuni

### **ARACHIDI**

Fare attenzione anche ai prodotti a base di arachidi, come olio o burro



### **FRUTTA IN GUSCIO**

**(noci, mandorle, nocciole, pistacchi, ecc.)**

Le allergie riguardano noci, nocciole, mandorle ecc. Attenzione a pani alle noci, biscotti, gelati, oli e marzapane



## **UOVA**

Le uova rientrano in moltissime preparazioni, vengono usate come emulsionante o nella preparazione di salse (maionese)



## **CEREALI CONTENENTI GLUTINE**

**(grano, segale, orzo, avena, farro, kamut)**

Le persone che presentano intolleranza al glutine (celiaci) devono evitare frumento, pasta, grano ecc. Attenzione anche a cibi impanati, salse emulsionate con farina, pasticcini e torte



### **LATTE E LATTICINI**

Vanno evitati gli alimenti contenenti yogurt, panna, latte in polvere, burro, formaggio, salumi (alcuni salumi contengono latte in polvere)



### **SESAMO**

Sono utilizzati come olio o nella preparazione di grissini e pane; spesso usati nella cucina turca e greca



### **SOIA**

È presente in diversi alimenti, inclusi i gelati, salse, dessert, prodotti a base di carne e prodotti vegetariani (hamburger di soia)



### **PESCE E MOLLUSCHI**

Vanno evitati tutti gli alimenti, anche i prodotti derivati come la salsa di ostriche



### **SENAPE**

Considerare sia i semi della pianta che i prodotti derivati (senape, mostarda)





### **SEDANO**

Viene utilizzato come insaporitore di cibi e come ingrediente principale in alcune insalate

---



### **ANIDRIDE SOLFOROSA**

Ampiamente utilizzata per conservare cibi , vini, bevande, limita lo sviluppo di batteri e lieviti, bloccando le fermentazioni

---



### **LUPINI e prodotti a base di lupini**

Vengono utilizzati come antipasti, già in salamoia

---



### **CROSTACEI e prodotti a base di crostacei**

Vanno evitati tutti gli alimenti, anche i prodotti derivati come la salsa di granchio ecc.



# **INFORMAZIONI DA FORNIRE AL CONSUMATORE FINALE IN MERITO A SOSTANZE/PRODOTTI CHE PROVOCANO ALLERGIE/INTOLLERANZE**

- Per gli alimenti offerti in vendita al consumatore finale o alla collettività: senza imballaggio, imballati sui luoghi di vendita su richiesta del consumatore o pre imballati per la vendita diretta possono essere adottate disposizioni nazionali;

# INDICAZIONE SULLA PRESENZA DI ALLERGENI NEGLI ALIMENTI FORNITI DALLE COLLETTIVITÀ

MINISTERO DELLA SALUTE  
CIRCOLARE

L'O.S.A. deve fornire al consumatore finale le informazioni richieste.

Può farlo riportandole:

- sui menù;
- su appositi registri o cartelli;
- su altro sistema equivalente anche tecnologico da tenere bene in vista.

(Se si utilizzano applicazioni per smartphone, codice a barre, codice QR, deve esserci un secondo sistema accessibile a tutti).

L'O.S.A. può assolvere l'obbligo anche:

1. indicando per iscritto in maniera chiara e in luogo ben visibile una dicitura del tipo:
  - Le informazioni circa la presenza di sostanze o di prodotti che provocano allergie o intolleranze sono disponibili rivolgendosi al personale in servizio;
2. riportando per iscritto sul menù, sul registro o su apposito cartello un dicitura del tipo:
  - Per qualsiasi informazione su sostanze e allergeni è possibile consultare l'apposita documentazione che verrà fornita a richiesta al personale in servizio.

Le informazioni sugli allergeni devono risultare da:

1. idonea documentazione scritta;
2. facilmente reperibile per gli organi di controllo e il consumatore finale.

Il personale ne dovrà avere preventivamente presa visione e conoscenza e averla firmata.

- La modalità per indicare la presenza di allergeni da parte dell'O.S.A. sulle singole preparazioni è libera.

Ad esempio:

1. evidenziando nella lista degli ingredienti delle singole preparazioni la presenza degli allergeni;
2. predisponendo una tabella che riporti le 14 categorie di allergeni e individui le preparazioni che le contengono;
3. altre modalità..

# INDICAZIONI OBBLIGATORIE

## 4. Durabilità del prodotto

- **Data di scadenza:** nel caso di prodotti molto deperibili, la data è preceduta dalla dicitura "*Da consumare entro il*" che rappresenta il limite oltre il quale il prodotto non deve essere consumato.



- **Termine minimo di conservazione (TMC):**  
nel caso di alimenti che possono essere conservati più a lungo si troverà la dicitura "*Da consumarsi preferibilmente entro il*" che indica che il prodotto, oltre la data riportata, può aver modificato alcune caratteristiche organolettiche come il sapore e l'odore ma può essere consumato senza rischi per la salute.
- N.B. Accertarsi sempre della scadenza del prodotto e non confonderla con il TMC



# CONGELAMENTO

*Diventa obbligatorio riportare la data del primo congelamento di carni, preparazioni a base di carne e prodotti ittici non processati.*

# INDICAZIONI OBBLIGATORIE

## 5. Condizioni di conservazione ed uso

Le condizioni di conservazione devono essere indicate per consentire una conservazione ed un uso adeguato degli alimenti dopo l'apertura della confezione.



# INDICAZIONI OBBLIGATORIE

## 6. Paese di origine e luogo di provenienza

Questa indicazione, già obbligatoria per alcuni prodotti (carni bovine, pesce, frutta e verdura, miele, olio extravergine d'oliva), viene estesa anche a carni fresche e congelate delle specie suina, ovina, caprina e avicola.



# INDICAZIONI OBBLIGATORIE

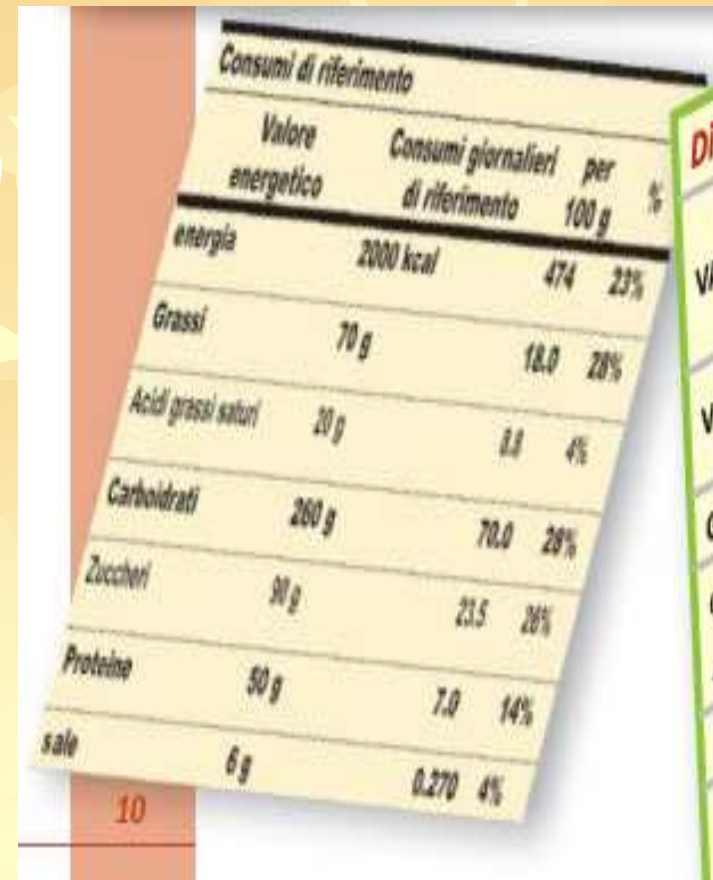
## 7. Dichiarazione nutrizionale

Sono obbligatorie indicazioni  
su:

- valore energetico
- grassi
- acidi grassi saturi
- carboidrati
- zuccheri
- proteine
- sale

		per 100 g	per pezzo 8,7 g
<b>VALORI MEDI</b>			
Valore energetico	kcal	1991	41
Grassi	g	18,0	1,6
di cui:			
grassi saturi	g	8,8	0,8
	g	70,0	6,1
	g	23,5	2,0

L'indicazione del valore energetico è riferita a **100 g/100 ml** dell'alimento, oppure alla singola porzione. Il valore energetico è espresso come percentuale delle assunzioni di riferimento per un adulto medio ossia circa 2000 kcal al giorno.



Consumi di riferimento			
Valore energetico	Consumi giornalieri di riferimento	per 100 g	%
energia	2000 kcal	474	23%
Grassi	70 g	18,0	28%
Acidi grassi saturi	20 g	1,1	4%
Carboidrati	280 g	70,0	28%
Zuccheri	90 g	23,5	28%
Proteine	50 g	7,0	14%
sale	6 g	0,270	4%

# INDICAZIONI COMPLEMENTARI

## Ecco alcuni esempi:

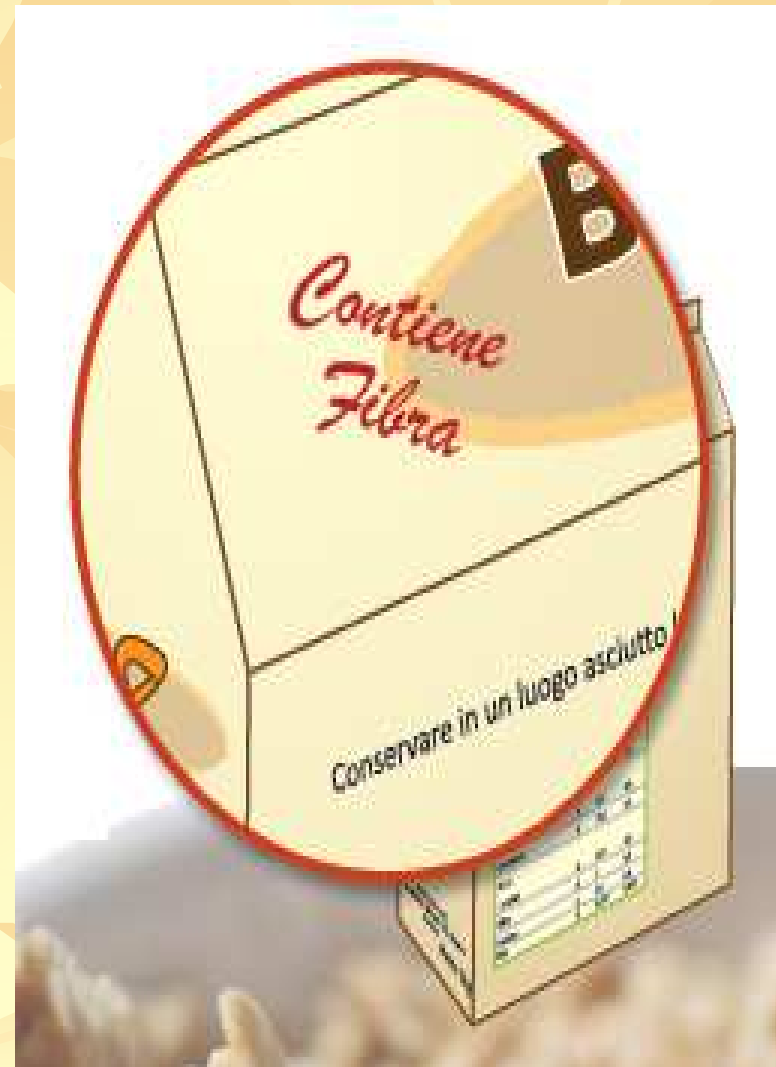
- I prodotti con un quantitativo di **caffeina** superiore a 150 mg/l che non siano tè o caffè, oltre all'indicazione "tenore elevato di caffeina", riporteranno la dicitura "*Non raccomandato per bambini e donne in gravidanza o nel periodo di allattamento*".
- Gli alimenti con aggiunta di **fitosteroli** e **fitostanoli** riporteranno la dicitura "*addizionato di steroli vegetali*" o "*addizionato di stanoli vegetali*". Sarà evidenziato che l'alimento è destinato esclusivamente a coloro che intendono ridurre il livello di colesterolo nel sangue. Inoltre, verrà indicato che il prodotto potrebbe non essere adeguato per le donne in gravidanza, in allattamento e i bambini di età inferiore a cinque anni.

# COSA SONO LE INDICAZIONI NUTRIZIONALI E SULLA SALUTE

- Il **Regolamento (CE) 1924/2006** armonizza i cosiddetti "claims", ossia indicazioni nutrizionali e sulla salute fornite sui prodotti alimentari, allo scopo di garantire ai consumatori l'accuratezza e la veridicità delle informazioni.

## ***Che cos'è un'indicazione nutrizionale:***

qualunque indicazione che affermi, suggerisca o sottintenda che un alimento abbia particolari proprietà nutrizionali benefiche, dovute all'energia (valore calorico) che apporta, apporta a tasso ridotto o accresciuto o non apporta; e/o alle sostanze nutritive o di altro tipo che contiene, contiene in proporzioni ridotte o accresciute o non contiene. (Art. 2 Reg. 1924/2006)





## **A BASSO CONTENUTO CALORICO**

il prodotto contiene non più di 40 kcal/100 g per i solidi o più di 20 kcal/100 ml per i liquidi

## **A RIDOTTO CONTENUTO CALORICO**

il valore energetico è ridotto di almeno il 30%

## **SENZA CALORIE**

il prodotto contiene non più di 4 kcal/100 ml

### **A BASSO CONTENUTO DI GRASSI**

il prodotto contiene non più di 3 g di grassi per 100 g per i solidi o 1,5 g di grassi per 100 ml per i liquidi

### **SENZA GRASSI**

il prodotto contiene non più di 0,5 g di grassi per 100 g o 100 ml

### **A BASSO CONTENUTO DI GRASSI SATURI**

il prodotto non supera 1,5 g/100 g per i solidi o 0,75 g/100 ml per i liquidi

### **SENZA GRASSI SATURI**

la somma degli acidi grassi saturi e acidi grassi trans non supera 0,1 g di grassi saturi per 100 g o 100 ml

### **A BASSO CONTENUTO DI ZUCCHERI**

il prodotto contiene non più di 5 g di zuccheri per 100 g per i solidi o 2,5 g di zuccheri per 100 ml per i liquidi

### **SENZA ZUCCHERI**

il prodotto contiene non più di 0,5 g di zuccheri per 100 g o 100 ml

### **SENZA ZUCCHERI AGGIUNTI**

il prodotto non contiene zuccheri o ogni altro prodotto utilizzato per le sue proprietà dolcificanti. Se l'alimento li contiene naturalmente si deve riportare sull'etichetta:  
***“contiene naturalmente zuccheri”***

### **FONTE DI FIBRE**

il prodotto contiene almeno 3 g di fibre per 100 g  
o almeno 1,5 g di fibre per 100 kcal

### **AD ALTO CONTENUTO DI FIBRE**

il prodotto contiene almeno 6 g di fibre per 100 g  
o almeno 3 g di fibre per 100 kcal

## **AD ALTO CONTENUTO DI PROTEINE**

almeno il 20% del valore energetico dell'alimento è apportato da proteine

**FONTE DI/AD ALTO CONTENUTO DI  
[NOME DELLA VITAMINA E/O MINERALE]**

il prodotto contiene almeno il 15/30% della dose giornaliera raccomandata di vitamina e/o minerale

**A TASSO RIDOTTO DI  
[NOME DELLA SOSTANZA NUTRITIVA]**

la riduzione è pari ad almeno il 30%  
rispetto a un prodotto simile

### **LEGGERO/LIGHT**

il valore energetico è ridotto di almeno 30%

### **FONTE DI ACIDI GRASSI OMEGA-3**

il prodotto contiene almeno 0,3 g di acido alfa-linolenico (ALA) per 100 gr o 100 kcal

### **RICCO DI ACIDI GRASSI OMEGA-3**

il prodotto contiene almeno 0,6 g di ALA per 100 gr o 100 kcal

### **RICCO DI GRASSI MONOINSATURI (O POLINSATURI)**

almeno il 45% degli acidi grassi presenti nel prodotto derivano dai grassi monoinsaturi/polinsaturi e a condizione che gli stessi apportino oltre il 20% del valore energetico del prodotto

### **RICCO DI GRASSI INSATURI**

almeno il 70% degli acidi grassi presenti nel prodotto derivano da grassi insaturi e a condizione che gli stessi apportino oltre il 20% del valore energetico del prodotto

# INDICAZIONI NUTRIZIONALI IN SINTESI

## VERSIONE TRADIZIONALE DELL'ALIMENTO (es. Formaggio spalmabile)

"SENZA" →

- l'alimento contiene quel nutriente in quantità vicina allo zero (es. Formaggio spalmabile SENZA grassi)

"BASSO" →

- l'alimento contiene quel nutriente in quantità maggiore rispetto ad alimenti etichettati con la dicitura "senza" (es. Formaggio spalmabile A BASSO CONTENUTO di grassi)

"RIDOTTO" →

- l'alimento contiene quel nutriente in quantità inferiore del 30% rispetto alla versione classica (es. Formaggio spalmabile A RIDOTTO CONTENUTO di grassi)



# INDICAZIONI SULLA SALUTE



## **CHE COS'È UN'INDICAZIONE SULLA SALUTE?**

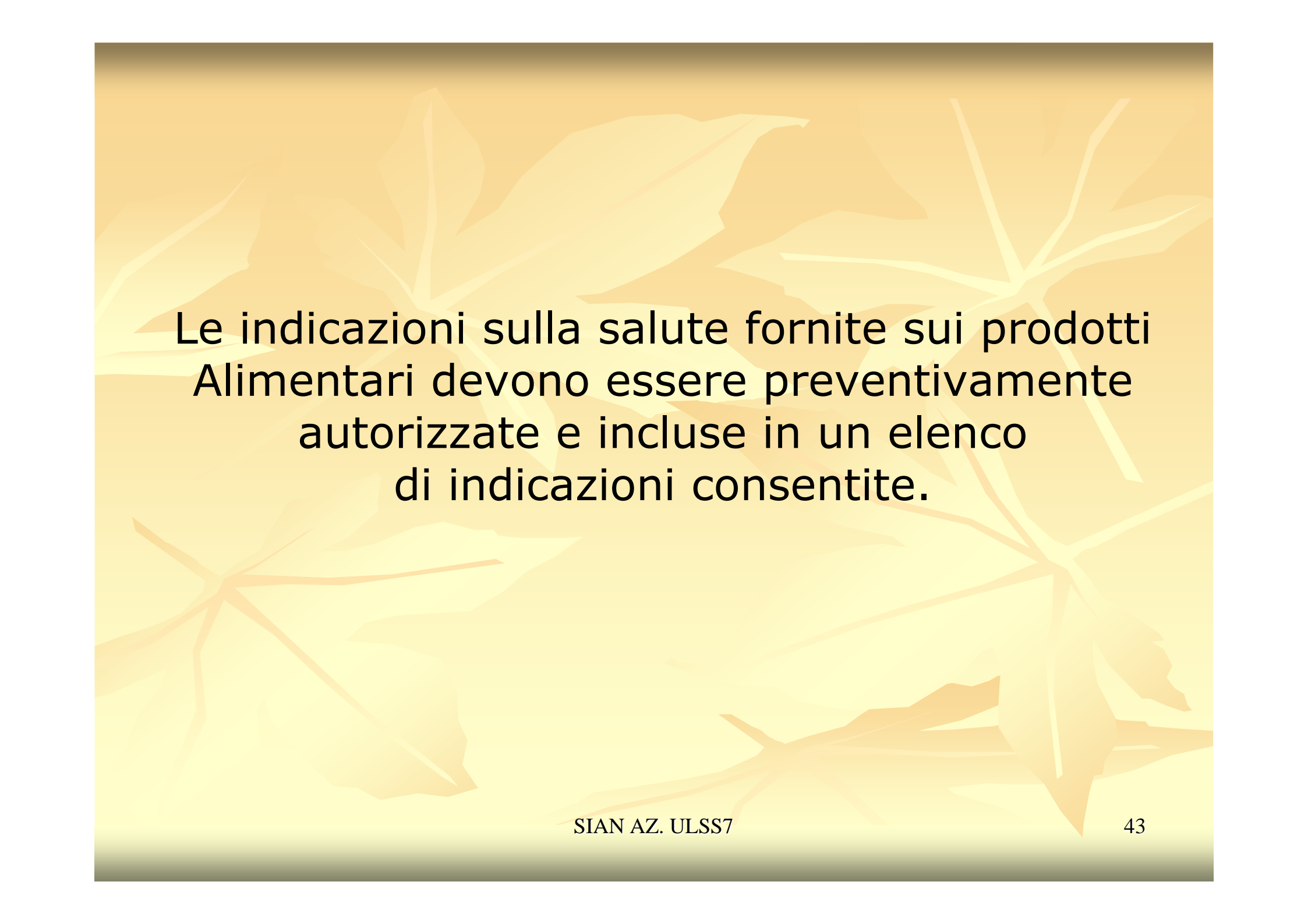
*qualunque indicazione che affermi,  
suggerisca o sottintenda l'esistenza  
di un rapporto tra un alimento o uno  
dei suoi componenti e la salute  
(Art. 2 Reg. 1924/2006)*

Le indicazioni sulla salute sono consentite solo se sull'etichetta sono comprese le seguenti informazioni:

- una dicitura relativa all'importanza di una dieta varia ed equilibrata e di uno stile di vita sano;
- la quantità dell'alimento e le modalità di consumo necessarie per ottenere l'effetto benefico indicato.

Vi sono diversi tipi di indicazioni sulla salute:

- dichiarazioni relative a sostanze nutritive o di altro genere che possono contribuire alla crescita, sviluppo e normali funzioni del nostro organismo, per esempio **“Il calcio è necessario per il mantenimento di ossa normali”**;
- affermazioni sulla diminuzione del rischio di contrarre una malattia, per esempio **“è dimostrato che la sostanza x abbassa/riduce il colesterolo nel sangue”**.



Le indicazioni sulla salute fornite sui prodotti Alimentari devono essere preventivamente autorizzate e incluse in un elenco di indicazioni consentite.



***GRAZIE PER L'ATTENZIONE***