



Cosa
Mangiano
i nostri
bambini?

VIVENDA S.p.A.

chi siamo

Fondata nel 2004, azienda specializzata nella ristorazione collettiva e nel global service è parte integrante del Gruppo La Cascina Cooperativa la cui storia inizia molto tempo prima e più precisamente nel 1978 quando, su suggerimento di Don Giacomo Tantardini, alcuni studenti universitari romani e fuori sede decisero di aprire una mensa per i propri colleghi.

Da allora La Cascina Cooperativa è cresciuta costantemente fino a divenire oggi una delle principali realtà manageriali con **10.000 dipendenti e più di 36 milioni di pasti preparati ogni anno**. Le accresciute dimensioni e la vocazione di Gruppo Nazionale non hanno mutato nel tempo alcune peculiarità dell'azienda, **da sempre radicata su tutto il territorio e attenta all'occupazione delle fasce più deboli del mercato del lavoro**.



CARTA DEI SERVIZI

dettagli

La Carta del Servizio è un documento che definisce, in maniera trasparente, **i diritti degli utenti e degli impegni che la Ditta concessionaria del servizio intende attuare e rispettare nel rapporto con i propri clienti.**

L'obiettivo è di offrire agli utenti uno strumento chiaro e utile a verificare, nelle fasi di organizzazione ed erogazione del servizio, i vincoli, i doveri e i comportamenti che il concessionario è tenuto a mantenere nel rispetto delle prescrizioni del Capitolato di gara e della tutela dei consumatori.



Riferimenti Normativi

La presente Carta del Servizio trova il suo fondamento normativo nella Direttiva del Presidente dei Ministri del 27/01/1994 “Principi sull’erogazione dei servizi pubblici”.

La Carta ha validità pluriennale ma sarà rinnovata nel caso si verificassero modifiche importanti a quanto stabilito. I vincoli, i doveri e i comportamenti che il concessionario è tenuto a mantenere nel rispetto delle prescrizioni del Capitolato di gara e della tutela dei consumatori.

PRINCÌPI

del servizio

Il servizio è fornito a tutti gli utenti che ne fanno richiesta, rispettando i seguenti valori:

UGUAGLIANZA E IMPARZIALITÀ

A tutti gli utenti è garantita la parità dei diritti sia nel rapporto utente/ ente, sia nell'accesso al servizio.

CONTINUITÀ

Il servizio è organizzato per assicurare regolarità, continuità e per limitare al minimo gli eventuali disservizi dipendenti da cause di forza maggiore.

PARTECIPAZIONE

È favorita la partecipazione degli utenti al funzionamento ed al controllo del servizio; è altresì garantito il diritto ad ottenere informazioni e inoltrare suggerimenti e reclami, valutando anche il grado di soddisfazione del servizio.

EFFICACIA ED EFFICIENZA

- migliorare il livello di efficacia ed efficienza dei servizi forniti attraverso l'ottimizzazione delle risorse a disposizione;
- coniugare la garanzia igienico-sanitaria e la sicurezza nutrizionale del pasto;
- monitorare periodicamente il gradimento del menu da parte dell'utenza;
- porre sempre maggiore attenzione al contenimento degli sprechi.



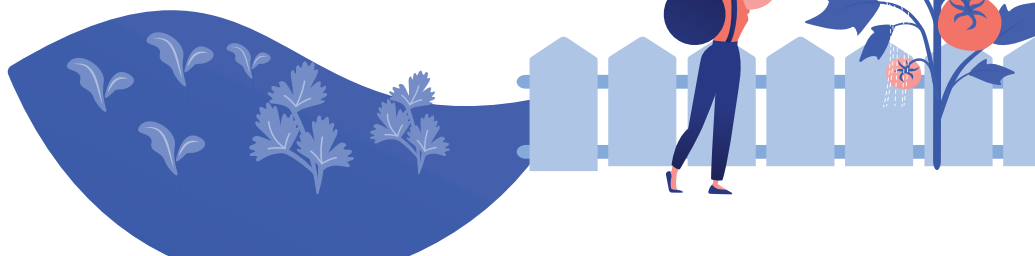
QUALITÀ degli alimenti

Alla base del nostro servizio c'è la qualità degli alimenti. Selezioniamo infatti ogni giorno prodotti BIO, DOP, IGP ed equosolidali previsti dalle Tabelle dietetiche, con l'obiettivo di portare in tavola alimenti con caratteristiche migliorative.

La selezione degli alimenti, passa prima di tutto dai fornitori certificati, i quali vengono costantemente monitorati a garanzia delle derrate e degli standard qualitativi.

Queste scelte sono dettate dai principi ispiratori dei CAM (Criteri Ambientali Minimi), ovvero:

- 01** Suggerimenti sugli altri pasti della giornata e corrette abitudini alimentari;
- 02** Informazione sulla qualità e sostenibilità ambientale del servizio;
- 03** Misure per invogliare al consumo del pasto e ridurre lo spreco.



INFORMATIZZAZIONE

sistema presenze

Un elemento base del nostro servizio di ristorazione è il sistema per l'informatizzazione in ambito scolastico!

Un applicativo software semplice ed intuitivo in grado di **supportare le famiglie nelle quotidiane attività di gestione delle presenze e dei pagamenti.** Un nuovo canale diretto per le comunicazioni del servizio di ristorazione scolastica.



Il software, a cui è possibile accedere **con le proprie credenziali da qualsiasi computer o smartphone connesso alla rete**, renderà ancora più partecipi le famiglie, protagoniste fondamentali nella ristorazione scolastica.

NUOVE PROTAGONISTE

le dietiste

Abbiamo previsto la presenza quotidiana di nr. 3 dietiste qualificate. **Altro cardine fondamentale che si va ad aggiungere al nostro team è la figura delle DIETISTE.**

Protagoniste insieme alla brigata della cucina e alle addette della mensa, **che saranno presenti ogni giorno presso il Centro Cottura e presso i refettori**, proprio per le capacità fondamentali nell'ambito della ristorazione collettiva.



garanzie del dietista

- ✓ Schemi dietetici-nutrizionali nel rispetto dei fabbisogni di tutti gli utenti;
- ✓ La comunicazione tra le varie istituzioni e professionisti;
- ✓ Il costante monitoraggio del grado di soddisfazione degli utenti.

PROGETTI DI educazione alimentare

La scuola rappresenta ancora oggi un luogo di incontro con le nuove generazioni, in cui è possibile acquisire conoscenze e competenze relative anche ai corretti stili di vita, che partono proprio da abitudini alimentari sane e sostenibili per l'ambiente, tutto questo con l'obiettivo di promuovere la salute e la cultura alimentare alla base del nostro paese.

Le iniziative saranno proposte annualmente e verranno aggiornate al fine di creare un percorso formativo per l'intera durata del servizio, accompagnando i piccoli utenti in un percorso alla scoperta del cibo e ad un consumo sempre più consapevole. L'azienda si impegna inoltre a minimizzare gli scarti alimentari tramite:

- Percorsi di consapevolezza sullo spreco alimentare;
- Accordi con Onlus ed Enti Caritatevoli del Terzo Settore per ridistribuire le eccedenze ai più bisognosi;

Ci impegniamo quindi a proporre attività e progetti di educazione alimentare destinati a tutta l'utenza scolastica e agli adulti!



ALIMENTAZIONE IN CASA

consigli utili

Tra i ruoli di un genitore vi è **educare il bambino a una dieta sana ed equilibrata, non monotona**, che alterni ogni giorno tutti i nutrienti in quantità adeguate, assicurando la presenza di un giusto equilibrio tra rapporto di proteine animali e vegetali (soprattutto legumi e pesce), di zuccheri semplici e complessi (più pane, patate, pasta o riso e meno dolci), di grassi animali e vegetali (preferire l'olio d'oliva allo strutto e al burro), e fornisca poi un giusto apporto di vitamine, minerali e alimenti integrali (importanti per il loro contenuto di fibre).

Gruppi Alimentari

Il cibo che mangiamo ci fornisce energia attraverso i nutrienti di cui è composto. Ha una doppia funzione: è fonte di energia e fornisce materiali di costruzione per tutte le esigenze dell'organismo. Per poter scegliere ogni giorno correttamente, gli alimenti si possono raggruppare in 5 gruppi:

Cereali e Tuberi



Pasta, pane e i suoi derivati (cracker, grissini, taralli, fette biscottate, piadina, etc.) **riso, alimenti per la prima colazione** (fiocchi di cereali, muesli, biscotti, etc.) **patate, polenta, cereali come farro, orzo, mais e grano, tutti i tipi di farine** (semolino, tapioca, fecola di patate o mais, farina manitoba etc.); **meglio se integrali** perché contengono molta fibra, magnesio e niacina (vit. B3).

Frutta e Ortaggi



Tutti i tipi di frutta, di ortaggi e di legumi freschi. Questi alimenti oltre a contenere molta acqua, forniscono vitamina C, caroteni (provitamina A), minerali (soprattutto potassio), fibra, una discreta quantità di zuccheri. Frutta e verdura **sono costituiti principalmente da acqua (80-90%), per questo sono tra gli alimenti che forniscono meno calorie.**

Latte e Derivati



Questo gruppo include **tutti i tipi di latte e tutti i suoi numerosi derivati** (yogurt, lattini fermentati e formaggi). Forniscono proteine ad alto valore biologico e sono ricchi in maniera particolare di calcio e fosforo. **Tra le vitamine troviamo le vitamine B1, B12, A e D.**

Carne, pesce, uova e legumi secchi



Questo vasto gruppo include **tutti i tipi di carne** (Carni fresche e conservate, insaccati e frattaglie), **tutti i tipi di pesce, le uova e i legumi secchi** (ceci, fagioli, piselli, fave, lenticchie, lupini, soia e cicerchie, etc.). Per quanto riguarda gli alimenti di origine animale come la carne, il pesce e le uova, questi apportano principalmente proteine ad alto valore biologico, ferro biodisponibile, vitamine del gruppo B (vitamina B1, B2, PP e vitamina B12) e sali minerali come zinco e rame.

Grassi e olii da condimento



Quest'ultimo gruppo comprende **tutti i tipi di olio e di grassi per condire**: olio d'oliva, olio di semi, burro, margarina, strutto, lardo etc. **Il miglior condimento in assoluto, proprio per la sua composizione, è l'olio extravergine di oliva.**

FRUTTA E VERDURA

proprietà in base al colore

La natura ci mette a disposizione, in ogni stagione, **frutti e verdure diverse** e dai mille colori che ci aiutano a far fronte alle esigenze del nostro organismo. Non è certo un caso che mangiare frutta e verdura di tutti i tipi e di tutti i colori è il modo migliore per stare bene, queste contengono: vitamine, sali minerali, sostanze colorate ad azione protettiva ma anche acqua e fibre. Il colore è determinato dalla produzione di pigmenti come la clorofilla, che dona il colore verde, o i carotenoidi, che determinano il colore giallo-arancio. Questi sono indispensabili per la crescita e lo sviluppo di tutti i vegetali perché permettono loro innescare la fotosintesi e di attirare o proteggersi dagli insetti.

BLU/VIOLA

Melanzane, radicchio, fichi, frutti di bosco (lamponi, mirtilli, more, ribes), prugne e uva nera.

Il colore blu-viola indica la presenza di antocianine e carotenoidi, vitamina C, potassio e magnesio.

VERDE

Asparagi, agretti, basilico, bieta, broccoli, cavoli, carciofi, cetrioli, cicoria, lattuga, rucola, prezzemolo, spinaci, zucchine, uva bianca e kiwi. **Frutta e verdura di colore verde si caratterizzano per la presenza di clorofilla, il pigmento responsabile del colore verde, ma anche per un buon contenuto di acido folico, vitamina C, magnesio, carotenoidi e luteina.**

BIANCO

Aglio, cavolfiore, cipolla, finocchio, funghi, mele, pere, porri, sedano appartengono alla famiglia dei prodotti ortofrutticoli di colore bianco. Questi contengono tantissimi

microelementi contenuti anche negli altri gruppi: **potassio e vitamina C, ma si caratterizzano soprattutto per la presenza di composti solforati e quercitina.**

GIALLO/ARANCIO

Arance, limoni, mandarini, pompelmi, melone, loti, albicocche, pesche, nespole, carote, peperoni, zucca, mais sono accomunati dalla **presenza di carotenoidi, in particolare il beta-carotene**, e di flavonoidi che gli donano il caratteristico colore giallo arancio, **ma anche per la presenza di vitamina C e potassio.**

ROSSO

Licopene e antocianine sono responsabili del colore rosso di frutta e verdura, che troviamo in pomodori, rape, ravanelli, peperoni, barbabietole, anguria, arance rosse, ciliegie, fragole. **Il licopene è ormai noto per le sue proprietà antiossidanti, antitumorali e antinvecchiamento.**

L'IMPORTANZA DI variare nella propria dieta

Non esiste nessun alimento che si possa definire “completo” e che quindi sia in grado di soddisfare da solo le nostre necessità nutritive, ma in natura nulla si trova per caso e **mangiare frutta e verdura in porzioni adeguate e di colore diverso è una raccomandazione semplice da ricordare.**

Variare i colori dei prodotti ortofrutticoli nella propria dieta ci permette di variare facilmente l'assunzione di vitamine, sali minerali e sostanze ad azione protettiva, proprio perché ad ogni colore corrisponde un diverso contenuto. **Assumere frutta e verdura di colore diverso è il modo migliore non solo per evitare squilibri nutrizionali o carenze, ma ci permette di fare il pieno di tutti questi micronutrienti senza ricorrere ad integrazioni.**

PIRAMIDE ALIMENTARE dalla base al vertice



La Piramide è il simbolo della “sana e equilibrata alimentazione”: ci deve guidare nella scelta giornaliera degli alimenti. **È formata da 5 sezioni** contenenti vari gruppi di alimenti.

Ciascun gruppo deve essere presente nella nostra dieta in modo proporzionale alla grandezza della sua sezione. Alla base della Piramide troviamo gli alimenti che possiamo consumare più liberamente mentre al vertice troviamo quelli che è meglio limitare.

COMPORRE

una dieta equilibrata

Una dieta equilibrata è fondamentale per crescere bene e mantenere la salute in buono stato.

Ecco come costruire una dieta bilanciata.

A tavola non vengono serviti calorie e principi nutritivi, ma cibi preparati in base alle nostre abitudini familiari, ai nostri gusti, ai prodotti disponibili e, sicuramente, preparati con amore e pensando di nutrire noi e i nostri bimbi nel miglior modo possibile. **Da un punto di vista calorico la dieta deve soddisfare il fabbisogno calorico giornaliero definito dal sesso, dall'età e dall'attività fisica svolta.** Il piatto del nostro bambino non dovrebbe essere uguale o più abbondante di quello di un adulto, perché non ha la stessa taglia fisica e non svolge le attività di un adulto durante la giornata.

Quindi non sopravvalutate il bisogno di energia dei vostri figli con porzioni simili a quelle degli adulti. Per mantenere nel sangue una presenza costante di tutti i principi nutritivi in grado di soddisfare le continue necessità dell'organismo, è bene suddividere le calorie di cui abbiamo bisogno in più pasti distribuiti durante la giornata. **Un'alimentazione quotidiana che prevede 4-5 pasti è sicuramente bilanciata e ci assicura migliori livelli di "efficienza psicofisica".** Ciò vale per grandi e piccini. Non fare colazione, infatti, porta il piccolo scolaro a consumare una merenda abbondante, spesso ipercalorica e sbilanciata, che lo appesantisce rendendo più difficile il mantenimento della concentrazione durante la lezione.

come suddividere le calorie durante la giornata:



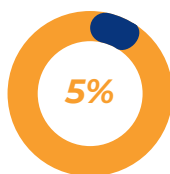
colazione



spuntino



pranzo



merenda



cena

ERRORI ALIMENTARI

più frequenti



COLAZIONE: assente, veloce, insufficiente

È importantissima e non si salta: deve fornire energia dopo il lungo digiuno della notte e liberarla gradualmente nel corso della mattinata. Servono, quindi, zuccheri di pronta utilizzazione (latte o yogurt, marmellata o miele, frutta o spremute) e amidi forniti da prodotti da forno come pane, fette biscottate, biscotti, o da cereali per la prima colazione. Questi, se integrali, assicurano una quotidiana regolarità intestinale grazie al loro apporto di fibra.



SPUNTINO: abbondante, ricco di grassi e zuccheri

A metà mattinata è meglio fare uno spuntino leggero per non arrivare troppo affamati a pranzo.



PRANZO: inadeguato ed incompleto

Deve essere equilibrato e completo. Oltre ad essere un momento in cui si riunisce la famiglia è anche un momento in cui si stabiliscono le abitudini alimentari della casa. **La cucina non deve trasformarsi in quella di un ristorante dove si può scegliere cosa mangiare.** Non devono mancare i carboidrati complessi della pasta o del riso, o di altri cereali come l'orzo e il farro che mantengono costante la glicemia postprandiale e danno un lungo senso di sazietà, un buon apporto proteico dai legumi, o da una porzione di carne o di pesce, la fonte preziosa di fibra, vitamine e minerali della verdura e frutta, e un giusto condimento di olio evo per esaltare i sapori e non per coprirli.



MERENDA: continuo mangiucchiare

È una pausa piacevole e non deve trasformarsi in un continuo mangiare, spesso per noia.



CENA: a tarda sera e inadeguata

È un altro pasto che in maniera equilibrata chiude la nostra giornata alimentare. Bisognerebbe organizzarsi col tempo e con la spesa per evitare di consumare cibi preconfezionati o da fast-food.




SPRECO ALIMENTARE

consigli utili

Vivenda da sempre attenta allo spreco alimentare cerca di darvi dei suggerimenti per assumere comportamenti virtuosi per il bene dell'Ambiente ma anche delle nostre tasche; senza trascurare l'obesità che affligge molte famiglie e tanti bambini. **Bisogna cambiare il modo di vedere il cibo, averne più rispetto, dargli il valore che merita, disporre della giusta quantità quotidiana ed essere consapevoli della sua esauribilità e dello strettissimo legame tra produzione e inquinamento.** Di seguito sono riportati 8 consigli che reputiamo fondamentali:

- 1 avere un menù di massima per la settimana: è il sistema migliore per assicurare una **buona rotazione degli alimenti e fare solo gli acquisti necessari;**
- 2 fare sempre la lista della spesa: è **necessario essere mirati negli acquisti e non lasciarsi ammalare dalle offerte quando non sono necessarie** e soprattutto quando riguardano prodotti facilmente deteriorabili;
- 3 **acquistare gli alimenti man mano che si desidera consumarli e nella quantità giusta:** è questo un modo anche per uscire più spesso da casa e quindi stimolare la camminata;
- 4 controllare quotidianamente il frigo e settimanalmente la dispensa: **il consumo degli alimenti presenti deve essere prioritaria;**
- 5 **imparare a conservare gli avanzi:** riponendo un cibo subito in frigo o congelandolo è facile mantenerlo in buone condizioni perché possa essere riutilizzato;
- 6 **imparare a riciclare gli avanzi;**
- 7 **verificare la scadenza degli alimenti:** il "consumare preferibilmente entro" sta ad indicare che il prodotto, se non ha modificato le sue caratteristiche organolettiche, può essere utilizzato anche oltre la data indicata;
- 8 imparare a **raccogliere in differenziata l'umido** che si produce.



Questa riorganizzazione della spesa e dello stile di vita alimentare permetterà di guadagnarci in salute e nel portafoglio e assicurerà un futuro migliore a tutti, ma soprattutto ai figli dei figli dei nostri figli e, che ci interessi o no, a tutti i figli del mondo.



SOLUZIONI MIGLIORATIVE al servizio

La produzione dei pasti è realizzata presso centro cottura aziendale **certificato per la produzione di pasti Biologici ai sensi del Reg. Ue 848/18.**

Realizzazione di una nuova cucina nel Comune di Monterotondo sita presso il plesso scolastico "eSpazia", **dotata di macchinari ed attrezzature di ultima generazione per la preparazione di pasti a basso impatto ambientale.**

Abbiamo previsto quindi interventi migliorativi, inserendo nuove attrezzature per poter aumentare ulteriormente la qualità dei pasti proposti, strizzando l'occhio all'AMBIENTE! **Servizio Plastic Free con stovigliato pluriuso, grazie alla realizzazione di zone di lavaggio presso ogni plesso scolastico.**



Garanzie Food Defence

Sistema Food Defence adottato presso il centro cottura dedicato alla **preparazione dei pasti a garanzia della sicurezza degli utenti;**

Sistema anti-manomissione delle casse termiche impiegate per il trasporto tramite appositi sigilli di garanzia non riproducibili.

Sistema di **controllo preventivo alla distribuzione dei pasti tramite metal detector**, per ciascun pasto servito su tutti i plessi scolastici.

Ci occuperemo di migliorare la qualità percepita dai piccoli utenti, mettendoci nei loro panni, per offrire loro ambienti confortevoli, sicuri ed accoglienti. **Il luogo in cui i bambini mangiano, oltre che sicuro e funzionale, deve puntare ad essere bello, socializzante, allegro per contribuire ad associare le sane abitudini alimentari a emozioni positive: insomma un vero e proprio "Ristorante dei Bambini".**



la posta del mangiar sano



Sono il genitore dell'alunno/a della scuola

che frequenta la classe _____ e consuma n. _____ pasti alla settimana.

Sono rappresentante della classe

Sono insegnante della scuola

e insegno nella classe _____

Sono un collaboratore della scuola

DESIDERO

INFORMARMI SUGGERIRE SEGNALARE COMPLIMENTARMI

LA CASSETTA È RIVOLTA A GENITORI E INSEGNANTI PER RACCOGLIERE TUTTE LE SEGNALAZIONI E RICHIESTE RELATIVE AL SERVIZIO DI RISTORAZIONE L'UTENZA

Nome e cognome _____

Indirizzo _____ Tel. _____

Posta elettronica _____

Data _____ Firma _____

iniziative collegate al miglioramento della qualità dei servizi scolastici.



IL TUO PARERE È IMPORTANTE

Trasparenza significa comunicazione continua e dialogo volto al miglioramento.

Oltre alle indagini di customer satisfaction, qui di seguito ti diamo un canale aperto per qualsiasi tipo di consiglio, segnalazione o richiesta. Compila il modulo, ritaglialo e imbuicalo a scuola nelle apposite Customer Box. Sul sito internet pubblicheremo con costanza i risultati delle indagini condotte e le eventuali azioni correttive portate avanti per venire incontro alle vostre esigenze.

Suggerimenti

I dati acquisiti con le segnalazioni degli utenti saranno elaborati e utilizzati per azioni mirate al miglioramento del servizio.

Reclami

In caso di reclami motivati e correttamente sottoscritti, l'Amministrazione risponderà in forma scritta dopo aver effettuato le opportune verifiche, nel più breve tempo possibile e comunque non oltre 30 giorni, fatto salvo l'impegno a rispondere in tempi minori qualora il reclamo riguardi aspetti che pregiudicano, precludano o inficiano il corretto svolgimento del servizio.



Gestore del servizio: VIVEDA S.p.A.

Per info su menù, diete speciali,
diete particolari:

Centro Cottura aziendale dedicato

Roma, Via Casal Bianco nr. 198

Tel. 06/4191078

lacascina.it/ristorazione.it

Referente del servizio *Dott. Giammario Santucci*

Tel.342/9579220

Dietista referente *Dott.ssa Fabiana Tersigni*

Tel.348/1600144

scuole.monterotondo@vivendaspaspa.it

Comune di Monterotondo

urp@comune.monterotondo.rm.it • comune.monterotondo.rm.it

Referente del servizio *Chiara Cenci* Tel. 366 6757 060

Orari apertura: Martedì e Giovedì dalle ore 9:00 alle ore 11:00

Vivenda Spa

Roma | Via F. Antolisei, 25 C.F. e P.IVA: 07864721001

Comune di Monterotondo | Palazzo Orsini - Piazza Angelo Frammartino, 4
C.F. 80140110588 - P.IVA: 02128361009