

## I CONSIGLI DEL CUOCO PRIMA DI CONSUMARE IL PASTO



### LE PIETANZE DA CONSUMARE FREDDI

come affettati, formaggi, carni in salsa tonnata, roastbeef, insalate, verdure crude, ecc.) POTRANNO ESSERE CONSUMATE DIRETTAMENTE ALLA TEMPERATURA DI CONSEGNA.



### LE PIETANZE DA CONSUMARE CALDE

come pasta, minestra, risotto, lasagne, carne, pesce, uova, ecc.) DOVRANNO ESSERE RISCALDATE (si precisa che il piatto fornito è adatto ad essere introdotto direttamente nel forno a microonde).

SI CONSIGLIA INOLTRE DI FORARE LA SUPERFICIE DEL PIATTO (ad esempio, utilizzando uno stuzzicadenti) PRIMA DI RISCALDARLO.

LE PIETANZE UMIDE SI POSSONO RISCALDARE ANCHE IN PADELLE ANTIADERENTI DIRETTAMENTE SUL FORNELLO; IN TAL CASO SI CONSIGLIA DI AGGIUNGERE QUALCHE CUCCHIAIO D'ACQUA.

### ATTENZIONE!!!

I PASTI CHE NON VENGONO UTILIZZATI SUBITO E' NECESSARIO RIPORLI NEL FRIGORIFERO E CONSUMARLI IN GIORNATA O AL PIU' TARDI IL GIORNO DOPO.



# Buon Appetito!



Abbiamo in

Comune lo stesso desiderio:  
Prenderci CURA di voi



Un PASTO

Per

A verlo

Sulla

Tua tavola

Ogni giorno

e per gustarlo nel tepore  
della tua casa

Per chi è il servizio

A chi chiedere informazioni

Per sapere come funziona



- \* Costo del pasto € 5,17= (con decorrenza dal 01/06/2012)
- \* Consegna: da lunedì a venerdì
- \* Orario consegna: ore 10 circa
- \* Per sabato e domenica: pasto doppio venerdì
- \* Pagamento mensile al Comune di Ranica
- \* Modalità di pagamento: per cassa o a mezzo RID

- Anziani (da 65 anni)
- Persone in situazioni di disagio psico-sociale
- Persone con temporanea non autosufficienza

## INFORMAZIONI

tel. 035 479024  
Assistente Sociale  
tel. 035 479025

Stampato per la  
domanda:  
ufficio segreteria  
ufficio Servizi Sociali  
Sito Internet

Accoglimento  
domanda  
subordinata  
all'incontro con  
l'Assistente Sociale

Solo per eventuali comunicazioni  
relative alla consegna  
GIORNALIERA del pasto:  
COMUNE DI RANICA  
uff. Segreteria - 035 4790 24  
entro le ore 08.30

**PASTO**  
Un Primo  
Un Secondo  
Contorno  
Frutta  
Pane

(conservazione con  
sistema refrigerato:  
caldo/freddo)



Per patologie,  
intolleranze o cibi non  
graditi, sono possibili  
le sostituzioni

## SERVIZI >

# L'ATTENZIONE AI MENÙ E IL "SISTEMA REFRIGERATO"

LA RISTORAZIONE COLLETTIVA TROVA UNA DELLE SUE FRONTIERE PIÙ INTERESSANTI E PROBLEMATICHE PRESSO LE RESIDENZE SANITARIE ASSISTITE (RSA) DOVE, PROPRIO A QUESTO IMPORTANTE TEMA, VIENE DEDICATA UN'ATTENZIONE SEMPRE MAGGIORE, PROPRIO PERCHÉ QUI CI SI RIVOLGE A COLLETTIVITÀ DI SOGGETTI "FRAGILI", A RISCHIO DI CONTRARRE MALATTIE O AFFETTI DA MULTIPATOLOGIA. E DOVE, GRAZIE A TECNOLOGIE SEMPRE PIÙ AVANZATE, SI STANNO STUDIANDO NUOVE STRADE GRAZIE ALLE QUALI MIGLIORARE LA QUALITÀ DEL SERVIZIO STESSO.

cessaria la creazione di una "massa critica" di pasti notevole, magari mediante consorzi fra varie RSA che si dotino di un unico centro di cottura per più strutture residenziali e cercare di superare la scarsa abitudine da parte dell'utenza nell'accettare che un cibo venga preparato e consumato poi in modo differito".

**TRA QUESTE**, merita particolare attenzione il "cook&chill" (letteralmente "cuoci e raffredda"), nuova tecnologia applicata alla ristorazione della cui sperimentazione ed implementazione si sta occupando recentemente il Dr. Carlo Pedrolli, del Servizio di Dietetica e Nutrizione Clinica dell'Ospedale S. Chiara di Trento, da anni impegnato proprio nello studio della nutrizione in genere e della ristorazione in particolare presso le collettività di anziani.



Carlo Pedrolli

duzione. Di norma la rigenerazione avviene in vasi personalizzati all'interno delle comunità a più alto livello assistenziale come per esempio negli ospedali, mentre invece avviene in vasche multiporzione in comunità a minore intensità assistenziale come di norma sono le RSA".

### Quali le potenzialità,

### i vantaggi e gli eventuali svantaggi rispetto ai sistemi alternativi in uso?

### Dottor Pedrolli, che cosa si intende con "sistema refrigerato"?

"Il cosiddetto sistema refrigerato consiste nell'associare ad una tecnica di preparazione dei cibi sostanzialmente tradizionale un immediato e rapido abbassamento della temperatura del prodotto ("abbattimento di temperatura") al proprio interno ("cuore") per portarlo nel giro di massimo 45' da 0 gradi a +3 gradi, temperatura che ne consente una conservazione di norma fino a 5 giorni, se si lavora in aria ambiente, e addirittura fino a 28 giorni se si lavora in atmosfera modificata. Pochi minuti prima della consumazione del cibo, esso viene quindi prelevato dai luoghi di stoccaggio e riportato alla temperatura di servizio mediante una "rigenerazione", che di norma dura 30' e che può avvenire anche in luoghi distanti rispetto al luogo di pro-

"I vantaggi del sistema refrigerato sono spesso legati alla possibilità di una migliore programmazione per la cucina (che può programmare la produzione con un orizzonte temporale fino a 5 giorni, riducendo drasticamente l'utilizzo di personale durante i fine settimana), alla possibilità di lavorare a temperature più basse di quelle alle quali di solito vivono batteri patogeni come la salmonella, ricordando inoltre la minore durata dello stress termico dei cibi con conseguente minore perdita delle proprietà nutrizionali in termini di micronutrienti (oligoelementi e vitamine), la possibilità di dislocare il centro di cottura anche a distanze significative da dove poi il cibo venga consumato. Invece, un indubbio svantaggio del cook&chill è la sua complessità tecnologica sia in termini di procedure che di impianti. Affinchè diventi economicamente vantaggioso sarebbe quindi ne-