

ALL. 1) Specifiche tecniche fornitura derrate alimentari e gruppi merceologici

COMUNE DI SAN GIORGIO DI NOGARO

SPECIFICHE TECNICHE PER LA FORNITURA DI DERRATE ALIMENTARI

Le materie prime utilizzate debbono essere “di qualità superiore”. Per qualità si intende: qualità igienico – sanitaria, nutrizionale, organolettica, merceologica. I parametri generali cui fare riferimento nell’approvvigionamento e fornitura delle derrate sono:

- riconosciuta e comprovata serietà professionale del fornitore (es. appartenenza a un ente o associazione per la produzione garante della qualità e tipicità dell’alimento, presenza di un laboratorio per il controllo di qualità all’interno dello stabilimento di produzione, in possesso di sistema di certificazione della qualità del prodotto);
- il piano di approvvigionamenti deve essere fatto in base al menù settimanale, in modo da evitare scorte inutili, soprattutto di generi deperibili;
- è preferibile acquistare forniture con pezzature adeguate in modo da evitare la conservazione di confezioni aperte;
- fornitura regolare e peso netto;
- completa ed esplicita compilazione di bolle di consegna e fatture;
- precisa denominazione di vendita del prodotto secondo quanto stabilito dalla legge;
- corrispondenza delle derrate a quanto richiesto dal capitolato;
- etichette conformi alla normativa generale e specifica per ogni tipo di prodotto, complete ed esaurienti;
- gli alimenti devono presentarsi in confezioni sigillate, perfettamente integre, pulite, senza anomalie visibili (quali rigonfiamenti, ruggine, insudiciamenti, ammaccature, rotture, ecc.);
- integrità del prodotto consegnato (confezioni ben chiuse all’origine, prive di muffe, parassiti, difetti merceologici, odori, colori e sapori anomali e sgradevoli, ecc...);
- caratteri organolettici specifici dell’alimento (colore, aspetto, odore, sapore, consistenza, ecc...);
- mezzi di trasporto igienicamente e tecnologicamente idonei e in perfetto stato di manutenzione.

GRUPPI MERCEOLOGICI

GRUPPO1: CARNI FRESCHE REFRIGERATE DI PROVENIENZA NAZIONALE (4I)

Carni fresche, refrigerate, provenienti da animali nati, allevati e macellati in Italia. Per la conservazione delle carni deve essere utilizzata esclusivamente la refrigerazione dal momento della produzione fino alla consegna, in maniera costante e ininterrotta. Vi deve essere nel prodotto l'assenza di odori e sapori estranei, di ecchimosi, coaguli sanguigni. Le carni in confezioni sottovuoto o in atmosfera protettiva dovranno possedere i requisiti merceologici previsti per le carni fresche refrigerate non confezionate e la data di confezionamento non deve essere antecedente a 4 giorni dalla data di consegna. I tagli devono essere confezionati dopo un'accurata rifilatura, in modo tale che al momento dell'utilizzo si abbia uno scarto massimo del 7%. Per scarto si intende il tessuto adiposo e connettivale di copertura ed il liquido di trasudazione. Il colore della carne sottovuoto deve virare entro 30 minuti dall'apertura della confezione alla pigmentazione specifica della specie e l'odore deve essere quello tipico del prodotto fresco. L'involucro deve essere ben aderente alla carne.

1. CARNI AVICOLE FRESCHE BIOLOGICHE REFRIGERATE (almeno per il 20% in peso e per il restante allevamenti se non bio altrimenti certificati)

I tagli delle carni avicunole, sfusi, in confezioni sottovuoto o in atmosfera protettiva, devono essere di colorito bianco – rosa (carni avicole) e rosato tendente al rosso (carni cuniole), di buona consistenza, non flaccida, non infiltrata di sierosità. I tagli del pollame devono rientrare nella classe "A" e provenire allevamenti biologici.

Tagli anatomici:

cosce di pollo

petto di pollo

fesa di tacchino

2. CARNI BOVINE FRESCHE REFRIGERATE BIOLOGICHE (almeno per il 50% in peso e per un ulteriore 10% da allevamenti se non bio altrimenti certificati)

Le carni, in confezioni sottovuoto o atmosfera protettiva, dovranno provenire da bovini adulti di età compresa tra 18 e 24 mesi, essere di grana fine o quasi fine, con tessuto adiposo esterno compatto e di colore bianco, uniforme e ben distribuito tra i fasci muscolari che assumono un aspetto di marezzatura media, consistenza soda e pastosa, tessitura abbastanza compatta, con stato di ingrassamento 1 – molto scarso oppure 2 – scarso (secondo la griglia CE).

Tagli anatomici

Per arrosto: fesa esterna, scamone, filetto, lombata

Per fettine/bistecche: fesone di spalla, lombata, girello, scamone, filetto, roast beef

Per spezzatino: girello di spalla, sottospalla, noce, fesa, scamone

Per brasato: girello, noce, scamone

Per ragù e polpettoni, hamburger: carne macinata magra da tagli sopra elencati

3. CARNI SUINE BIOLOGICHE O A MARCHIO AQUA O DA FLIERA REGIONALE

Le carni, in confezioni sottovuoto o atmosfera protettiva, dovranno provenire da suini di prima qualità, presentare colore roseo, aspetto vellutato, grana molto fine, tessitura compatta, consistenza pastosa al tatto, venatura scarsa.

Tagli anatomici:

carrè, filetto, lonza, polpa di coscia.

GRUPPO 2: PRODOTTI ITTICI

I prodotti dovranno essere di provenienza della zona di cattura FAO 27 o FAO 37 e non appartenere alle specie e agli stock classificati "in pericolo critico", "in pericolo", "vulnerabile" e "quasi minacciata". Sono conformi i prodotti ittici certificati nell'ambito della pesca sostenibile e non.

La trota iridea e iridea salmonata deve provenire da allevamenti del Friuli Venezia Giulia secondo disciplinare AQUA.

I prodotti surgelati/IQF in filetti o tranci devono essere a glassatura monostratificata non superiore al 20%. La fornitura deve riguardare: sarde (*Sardina pilchardus*), sigano (*Siganus rivulatus*, *Siganus luridus*), merluzzo (*Gadus Morhua*), sugaro (*Trachurus mediterraneus*), palombo (*Mustelus mustelus*), orata (*Sparus Aurata*), branzino (*Dicentrarchus Labrax*), platessa (*Pleuronectes platessa*), merluzzo carbonaro (*Pollachius virens*), salmone (*Salmo Salar*), cefalo (*Mugil Cefalus*), sgombero (*Scomber scombrus*), mormora (*Lithognathus mormyrus*), nasello (*Merlucius Merlucius*), tonno alletterato (*Euthynnus alletteratus*), halibut (*Hippoglossus hippoglossus*), sogliola (*Solea Vulgaris*; *Solea lascaris*), trota iridea e iridea salmonata (*Oncorhynchus mykiss*), persico reale (*Perca fluviatilis*), calamari (*Loligo Vulgaris*), seppie (*Sepia Officinalis*), seppioline (*Sepiella Roudedeleti*), polpo (*Octopus Vulgaris*), totani (*Todarodes sagittatus*).

I prodotti surgelati dovranno presentare caratteristiche organolettiche e di aspetto paragonabili a quelle presenti nella medesima specie allo stato di freschezza, non dovranno presentare corpi estranei, bruciature da freddo, decongelazioni anche parziali, essiccamenti, disidratazioni, irrancidimento dei grassi, apprezzabile odore ammoniacale prima e dopo la cottura, ossidazione dei pigmenti muscolari, macchie di sangue, pinne o resti di pinne.

Pesce fresco (intero, filetti, tranci o burger): Trota iridea e iridea salmonata fresca (anche confezionata sottovuoto), salmone (anche confezionato sottovuoto).

Filetti di trota cotti al vapore in confezioni sottovuoto con contenuto in sale inferiore a 1,5g, privi di spine

Prodotti ittici conservati (non per il nido): tonno all'olio d'oliva (colore uniforme rosa all'interno, consistenza compatta e uniforme, non stopposa ed esente da ossidazioni, vuoti, parti estranee e acqua).

GRUPPO 3: PRODOTTI LATTIERO – CASEARI DI PROVENIENZA NAZIONALE

Latte: biologico fresco pastorizzato parzialmente scremato

Burro: pastorizzato, fresco

Yogurt di latte intero: biologico Le confezioni ben sigillate dovranno essere da 125 g;

Yogurt alla frutta: biologico costituito esclusivamente da yogurt intero, zucchero e polpa di frutta.

Panna: di latte vaccino fresca

Ricotta: di vacca, di capra, di pecora, rispettivamente da siero di latte vaccino, caprino, ovino senza aggiunta di panna e latte intero.

Formaggi a pasta molle: caciotta fresca, crescenza, robiola, stracchino.

Formaggi a pasta filata: mozzarella vaccina anche in filoni, provola, provolone, scamorza

Formaggi a pasta dura: asiago DOP, fontina DOP, Montasio DOP stagionatura superiore a 60 giorni, latteria 60 giorni di stagionatura.

Formaggi stagionati: grana padano DOP, parmigiano reggiano DOP in confezioni sottovuoto, stagionatura naturale compresa tra i 18 e i 24 mesi.

Gelato: devono essere confezionati con panna, latte intero o scremato, uova, zucchero, aromi naturali, ingrediente caratterizzante (cacao, vaniglia, frutta, ecc.), pectine. Gelato tipo fior di latte o alla frutta, gelato tipo biscotto, gelato in coppetta gusti vari (fior di latte, cacao, frutta, ecc.)

GRUPPO 4: PRODOTTI A BASE DI CARNE CRUDI E COTTI NAZIONALI (escluso il nido d'infanzia)

Dovranno essere conformi alla normativa vigente in materia; le seguenti categorie di prodotti carnei devono presentare, per quanto applicabili, le stesse caratteristiche indicate nel capitolo per le materie prime da cui derivano.

Prosciutto Cotto Alta Qualità'

Prodotto con cosce refrigerate, senza aggiunta di polifosfati, caseinati, lattati, proteine derivanti dalla soia, esaltatori di sapidità. Deve essere di cottura uniforme, pressato, privo di parti cartilaginee, senza aree vuote (bolle, rammollimenti) di color rosa chiaro con grasso bianco, sodo e ben rifilato. La composizione richiesta è la seguente: carne suina fresca, sale, destrosio o altro zucchero non proveniente dal latte, aromi naturali, preferibilmente privi di nitriti.

Prosciutto Crudo con Disciplinare DOP

Bresaola Punta D'anca della Valtellina IGP

Fesa di Tacchino arrosto

GRUPPO 5 PRODOTTI ORTOFRUTTICOLI

Frutta e verdura fresche

Tutti i prodotti ortofrutticoli freschi dovranno essere di produzione nazionale, rispondere alle Norme di Qualità per i prodotti ortofrutticoli commercializzati all'interno dell'Unione Europea di cui ai relativi regolamenti là dove siano previsti e, in mancanza di questi, secondo le norme di qualità edite dall'I.C.E. (Istituto per il Commercio Estero). Sugli imballaggi dovranno essere apposte le indicazioni relative a: imballatore o speditore, natura del prodotto, origine del prodotto e caratteristiche commerciali (categoria e calibro).

I prodotti ortofrutticoli dovranno essere di prima categoria o di categoria extra, commercialmente esente da difetti, di presentazione accurata ed avere raggiunto lo sviluppo e la maturazione fisiologica che li renda adatti al pronto consumo, essere privi di ogni residuo di antiparassitari o fertilizzanti, presentare le peculiari caratteristiche della specie e cultivar richiesti, non essere attaccati da parassiti animali e vegetali, essere sani e resistenti, cioè esenti da difetti che possano compromettere la loro naturale resistenza quali alterazioni non cicatrizzate, non portare tracce visibili di appassimento, né danni o alterazioni dovute al gelo. I prodotti dovranno essere puliti, interi, esenti da sapori e odori estranei, non presentare aumento artificioso di umidità, né trasudare acqua di condensazione per effetto di improvviso sbalzo termico, essere omogenei ed uniformi. Gli ortaggi dovranno essere di recente raccolta, quelli a foglia non debbono essere surriscaldati, non presentare alterazioni di colore e, a seconda della specie e cultivar, essere privi di parti e porzioni non direttamente utilizzabili e non strettamente necessarie alla normale conservazione del corpo vegetale reciso. La frutta non dovrà presentare polpa ammezzata e/o fermentata in processi incipienti o di evoluzione.

Sono richiesti i seguenti ortofrutticoli biologici: mele, kiwi, arance, mandaranci, uva da tavola, insalata a foglia larga di vario tipo, pomodori, cetrioli, patate, carote, finocchi, zucchine.

Possono essere forniti in alternativa prodotti ortofrutticoli a marchio AQuA.

Banane e ananas devono provenire da commercio equo e solidale

Per tutte le verdure e la frutta si deve seguire la disponibilità stagionale come da calendario di cui all'Allegato A del Decreto 10 marzo 2020 (Criteri ambientali minimi per il servizio di ristorazione collettiva e fornitura) di derrate alimentari

Insalata a foglia larga: deve essere costituita ogni volta da più tipo tra lattuga cappuccio e romana, indivia riccia, scarola, radicchio verde e rosso, iceberg. Deve avere cespi interi turgidi, di sviluppo normale, consistenti, non aperti e di pezzatura corrispondente alla normativa comunitaria.

Aglio, cipolla, patate non dovranno essere stati trattati con radiazioni gamma

Verdure surgelate: punte di asparagi, bietina biologica, spinaci biologici, cuore di carciofo, fagiolini biologici, preparati per minestra biologici. Nella ristorazione scolastica è consentito l'utilizzo di prodotti surgelati 2 volte alla settimana: 1 volta come contorno, 1 volta come ingrediente.

I requisiti di questi prodotti sono quelli previsti da normativa. Si escluderanno dal ciclo produttivo i prodotti con segni comprovanti di avvenuto parziale o totale scongelamento, quali formazioni di cristalli di ghiaccio sulla parte esterna della confezione e di grumi all'interno. Dovrà essere rispettata la catena del freddo e il prodotto, una volta scongelato, non potrà essere ricongelato e dovrà essere consumato entro le 24 ore.

GRUPPO 6: LEGUMI BIOLOGICI DI PROVENIENZA NAZIONALE

Legumi freschi: fagioli, piselli e fave

Legumi secchi: fagioli, lenticchie, ceci, piselli, fave, legumi misti

Legumi surgelati: piselli fini, legumi misti, fagioli

Legumi e cereali per zuppe: si potrà richiedere la fornitura di cereali misti atti a preparare "zuppe". I seguenti prodotti: farro, orzo perlato, legumi misti dovranno essere mondati, uniformemente seccati, privi di muffe, privi di insetti o corpi estranei.

Farine di legumi

GRUPPO 7: CONSERVE

Pomodori pelati

Maturi al punto giusto, di produzione annuale, debbono essere interi, sani e privi di pelle o di peduncoli. I frutti confezionati in latte di banda stagnata ed immersi nel liquido di conservazione. Debbono avere odore, sapore, colore caratteristici del pomodoro sano e maturo e assolutamente privi di antifermentativi, di acidi correttori, di metalli tossici, di coloranti artificiali anche se non nocivi.

Polpa e passato di pomodoro biologica

Prodotto ottenuto da pelati del frutto fresco, maturo e ben lavato deve presentare i seguenti requisiti: colore rosso, sapore ed odore caratteristico del pomodoro sano a maturo privo di additivi privi di larve, di parassiti o di alterazioni di natura parassitaria, privi di sapore ed odori sgradevoli, privi di marciumi interni.

Il peso sgocciolato non deve essere inferiore al 70% del peso netto e il residuo secco al netto di sale aggiunto non inferiore al 4,5%).

Olive nere e verdi snocciolate in salamoia: il contenuto di ogni scatola deve corrispondere a quanto dichiarato sull'etichetta. Le olive devono corrispondere alla specie botanica e alla cultivar dichiarati dall'etichetta. Il liquido di governo non deve avere difetti di sapore, colore, odore o altro. Le olive immerse nel liquido di governo devono essere il più possibile intatte, non spaccate, né spappolate per effetto di un eccessivo trattamento termico.

Pesto alla genovese: esclusivamente con basilico, pinoli, formaggio pecorino e grana, olio extravergine d'oliva. Durante il periodo in cui è reperibile il basilico fresco il pesto dovrà essere preparato in loco.

GRUPPO 8: CEREALI E GNOCCHI

Pasta secca biologica

Deve essere di semola di grano duro, integrale e paste speciali di semola di grano duro e altri cereali. La pasta deve avere odore e sapore gradevoli, colore rispondente alla tipologia specifica, aspetto omogeneo, frattura vitrea ed essere esente da difetti di essiccazione e conservazione. Resistenza alla cottura: cuocendo 50 grammi di pasta in mezzo litro di acqua salata, per almeno 20 minuti, la pasta non deve spaccarsi né disfarsi e lasciare nell'acqua di cottura soltanto un leggero sedimento farinoso.

Dovranno essere resi disponibili tutti i formati richiesti e più idonei.

Pasta secca all'uovo

Deve essere prodotta esclusivamente con semola e dovranno essere resi disponibili tutti i formati richiesti e più idonei.

Pasta all'uovo fresca o surgelata

Deve essere prodotta esclusivamente con semola e uova fresche intere esente da additivi. La pasta fresca potrà essere confezionata sottovuoto e in atmosfera protettiva.

Pasta ripiena fresca o surgelata solo per le scuole primarie

La pasta ripiena fresca dovrà essere in confezioni sottovuoto o in atmosfera protettiva esente da additivi (coloranti, conservanti, esaltatori di sapore). Il ripieno non dovrà essere inferiore al 25% di peso totale del prodotto e dovrà essere esclusivamente costituito da verdure e prodotti lattiero - caseari (ricotta, parmigiano reggiano) con un minimo del 47% sul totale del ripieno.

Dopo la cottura i prodotti si devono presentare con la consistenza soda ed elastica.

Il ripieno deve essere compatto, ma non gommoso, di aspetto e sapore caratteristico, aromaticamente bilanciato con assenza di retrogusto.

Le confezioni devono essere di quantità adeguata a soddisfare le esigenze giornaliere, in modo da evitare avanzi di prodotto sfuso.

Gnocchi di patate

Freschi o conservati sottovuoto o in atmosfera protettiva o surgelati, senza aggiunta di additivi e preparati con il seguente elenco di ingredienti riportati in ordine di peso decrescente: patate (70% minimo nel caso di

gnocchi di sole patate), farina di grano, uova, acqua, sale e aromi naturali eventualmente spalmati con olio di semi di girasole, sesamo o mais, preparati anche con spinaci, zucca, radicchi. Non è ammessa la presenza di derivati quali fiocchi o fecola di patate.

Gnocchi di semolino

Freschi, o conservati sottovuoto o in atmosfera protettiva, senza aggiunta di additivi, preparati solo con il seguente elenco di ingredienti riportati in ordine di peso decrescente: semolato, latte, acqua o brodo, sale.

Riso biologico

Tutte le varietà e gradi di raffinazione, parboiled. Deve risultare di ultimo raccolto, essere in confezione integra, sigillata, in imballaggi sufficientemente robusti tali da garantire l'integrità del prodotto

Orzo

Di diversi gradi di raffinazione

Altri Cereali

Semola di grano duro (semolino), semolino di riso, farina di frumento tipo "00", "0", "1" e integrale biologiche, farina di mais per polenta, avena, farro, riso soffiato, cous-cous, burguhl.

Cereali biologici per asilo nido (farine per la preparazione delle "pappe"): con e senza glutine

GRUPPO 9: PANE E PRODOTTI DA FORNO

Pane fresco

Il pane deve essere prodotto in regione Friuli Venezia Giulia entro un raggio di 20 km, fornito giornalmente e rispondente ai requisiti stabiliti dal Decreto Interministeriale 131/2018 (è vietato l'utilizzo di pane conservato con il freddo, refrigerato o surgelato o con altre tecniche e poi rigenerato). Il trasporto deve avvenire in condizioni igieniche sanitarie atte a prevenire contaminazioni crociate come disposto dall'art. 26 della Legge 580/1967.

Deve essere di pezzatura idonea all'utenza, con diversi formati e deve possedere le seguenti caratteristiche organolettiche: crosta friabile e omogenea, mollica elastica con alveolatura regolare, non deve presentare gusto eccessivo di lievito di birra, odore di "rancido", di muffa o altro.

Tipologie:

- pane comune di tipo "00", "0", pane integrale, pane di semola, pane di semolato, pane ai cereali; ingredienti rispettivamente: farina di grano tipo "00", "0" o integrale, semola, semolato, sfarinato di cereali, lievito di birra, acqua, sale (ridotto contenuto di sale $\leq 1,8\%$);
- pane speciale al latte, all'olio extra vergine d'oliva o con aggiunta di semi anche oleosi, zucca, miele, uvetta, olive;
- pane delle tipologie sopraindicate a ridotto contenuto di sale.

E' implicito che non deve essere utilizzata qualsiasi altra sostanza tipo: strutto, grassi idrogenati, margarina, burro, latte in polvere, ecc..

Deve essere trasportato in contenitori di materiale dichiarato per alimenti, lavabile e con adeguata e igienica copertura. Per nessun motivo deve essere stoccato, anche solo temporaneamente, direttamente al suolo.

Pane grattugiato

Deve essere prodotto da pane essicato avente le caratteristiche del pane sopraindicato. Le confezioni devono essere in buste sigillate.

Pasta lievitata fresca

Preparata con sfarinati di grano, acqua, lievito di birra e sale, unico grasso ammesso: olio extra vergine d'oliva. La pasta lievitata può essere prodotta anche da panificio e trasportata al centro cottura. Non sono ammesse pizze precotte confezionate e/o farcite.

GRUPPO 10: UOVA BIOLOGICHE

Ovoprodotto: uova di gallina intere sgusciate e pastorizzate

Uova di gallina fresche: di categoria A, categoria di peso "S", "M" oppure "L"

GRUPPO 11: CONDIMENTI

Olio extra vergine di oliva biologico: ottenuto dal frutto dell'ulivo esclusivamente per spremitura a freddo, prodotto e confezionato in Italia

Aceto di mele

Sale marino iodato fine e grosso, anche integrale

GRUPPO 12: PRODOTTI VARI

Cioccolato da commercio equo e solidale

Cacao in polvere non zuccherato da commercio equo e solidale

Marmellate e confetture biologiche

Debbono possedere tutti i requisiti previsti dalla legge.

All'esame organolettico non si debbono riscontrare: caramellizzazione o cristallizzazione degli zuccheri, sineresi, sapori estranei, ammuffimenti.

Panettoni e pandoro

preparati con farina di grano tenero "00", zucchero, burro di centrifuga, uova fresche di categoria A, uvetta sultanina, con o senza frutta candita, sale, lievito (preferibilmente senza aromi naturali)

Pandoro

preparati con farina di grano tenero "00", zucchero, burro di centrifuga, uova fresche di categoria A,

Colombe pasquali

preparate con farina di grano tenero "00", zucchero, burro di centrifuga, uova, fresche di categoria A, con o senza frutta candita, mandorle dolci, sale, lievito (preferibilmente senza aromi naturali);

Crostoli

Lievito per dolci e per pizza

Frutta essicata: fichi, prugne, albicocche, uva sultanina

Frutta secca oleosa: noci, nocciole, mandorle, pinoli, pistacchi, arachidi

Zucchero: di barbabietola e di canna

Non è ammesso l'impiego di prodotto dolciari confezionati salvo particolari deroghe.

Erbe aromatiche fresche e disidratate, spezie: alloro, basilico, cannella, curry, curcuma, erba cipollina, ginepro, maggiorana, mentuccia, miscele erbe per arrostiti, noce moscata, origano, pepe, peperoncino, prezzemolo, rosmarino, salvia, sedano, timo, zafferano

GRUPPO 13: BEVANDE

Premesso che dovrà essere sempre privilegiata l'acqua di rete, sarà consentito l'utilizzo di acqua minerale in bottiglia solo in occasione di gite o di emergenze.

Acqua minerale naturale in bottiglie da 0,5 L

Succhi di frutta biologici. Nell'etichetta deve essere riportata la dicitura "contiene naturalmente zuccheri"

Devono essere al 100% non ricostituiti e forniti in gusti vari (mela, pera, albicocca, pesca, arancia, pompelmo, ecc...). I succhi saranno consentiti solo per il pranzo al sacco.

GRUPPO 15: MATERIE PRIME PER DIETE SPECIALI

Nel caso di diete speciali quali dieta no glutine, no latte, no uova, no uova e latte o qualsiasi altra dieta richiesta dall'utente, in seguito a certificazione medica, la ditta deve fornire le medesime derrate sopraelencate assenti dell'elemento da escludere dalla dieta, in modo tale da poter confezionare un menù il più possibile simile agli altri utenti. Se esiste un prontuario specifico (ad esempio malattia celiaca) la ditta deve prenderne atto e scegliere gli alimenti indicati in esso.

Prodotti senza glutine

Latte e yogurt di soia

Seitan

Tofu

Latte di riso e di mandorle

Succhi di frutta per diabetici

Gelati per diabetici

Prodotti dolciari per diabetici

Marmellata per diabetici