

**Oggetto: Richiesta di menù scolastico alternativo privo di alimenti e derivati di origine animale  
(dieta vegana)**

**N.B.:** per gli alunni minori l'istanza deve essere sottoscritta da entrambi i genitori; in alternativa il richiedente può rilasciare la dichiarazione, ai sensi del DPR 245/2000, di aver effettuato la richiesta in osservanza delle disposizioni sulla responsabilità genitoriale di cui agli artt. 316, 337 ter e 337 quater del codice civile e del D.L. 154 del 28 dicembre 2013.

Il/la sottoscritto/a:

Nato/a a: Prov. ( ) il

Residente in via: Comune: Prov. ( )

Recapiti telefonici/mail:

Nella sua qualità di:

- genitore/esercente la potestà genitoriale del minore sotto generalizzato  
 interessato (da barrare in caso di utente maggiorenne, senza compilare il seguente campo)

Nome/cognome del minore:

Nato/a a: Prov. ( ) il

Residente\* in via: Comune: Prov. ( )

\* compilare solo se diverso dalla residenza del richiedente

Frequentante la scuola: classe: sezione:

dove effettua:  5 pasti/settimana  4 pasti/settimana  3 pasti/settimana  2 pasti/settimana  1 pasto/settimana

**RICHIEDE PER L'ANNO SCOLASTICO \_\_\_\_\_**

La somministrazione all'utente sopra generalizzato del menù scolastico alternativo privo di alimenti e derivati di origine animale, composto come di seguito specificato:

**Primo piatto:** una pasta o riso asciutti, una minestra di verdura o un passato di legumi con pasta, riso o cereali come previsto nel menù ordinario del giorno (escludendo ogni alimento di origine animale)

**Secondo piatto:** nella settimana sono previsti 3 secondi a base di legumi, 1 secondo a base di verdure ed 1 secondo alternato (a base di soia - burgher, ecc - o crocchette di miglio e simili)

**Contorno:** come previsto nel menù ordinario del giorno (escludendo ogni alimento di origine animale)

**Frutta fresca di stagione** come previsto nel menù ordinario del giorno

**Pane comune** come previsto nel menù ordinario del giorno

**Dessert** (qualora previsto nel menù del giorno): sarà fornito in alternativa al dessert in menù un budino di riso o di soia.

Sarà utilizzato per cucinare e condire **esclusivamente olio extravergine di oliva.**

La Spezia, \_\_\_\_\_

FIRMA del genitore\* 1 \_\_\_\_\_  
(o dell'interessato in caso di utenti maggiorenni)

FIRMA del genitore\* 2 \_\_\_\_\_

In caso di sottoscrizione della richiesta da parte di un solo genitore\*:

*Il richiedente, consapevole delle conseguenze amministrative e penali per chi rilasci dichiarazioni non corrispondenti a verità, ai sensi del DPR 245/2000, dichiara*

di aver effettuato la presente richiesta in osservanza delle disposizioni sulla responsabilità genitoriale di cui agli artt. 316, 337 ter e 337 quater del codice civile e del D.L. 154 del 28 dicembre 2013, che richiedono il consenso di entrambi i genitori"

di essere l'unico soggetto esercente la potestà genitoriale sul minore

FIRMA del genitore\* richiedente \_\_\_\_\_

\*o soggetto avente la potestà genitoriale

## INFORMATIVA ai sensi dell'art. 13 del Regolamento UE 2016/679

Gentile esercente la responsabilità genitoriale (o, in caso di utente maggiorenne, gentile interessato), desideriamo informarla che i dati personali del minore (o, in caso di utente maggiorenne, i Suoi dati personali) saranno trattati in ottemperanza alla normativa di cui al "Regolamento europeo 2016/679 relativo alla protezione delle persone fisiche con riguardo al Trattamento dei Dati Personali, nonché alla libera circolazione di tali dati" (da ora in poi GDPR). Il Comune di La Spezia, in qualità di "Titolare" del trattamento, ai sensi dell'articolo 13 del GDPR, ed ai sensi del vigente regolamento comunale per l'attuazione del Regolamento europeo, Le fornisce le seguenti informazioni:

### TITOLARE DEL TRATTAMENTO

Titolare del trattamento è il soggetto nei cui confronti l'interessato (o chi su di esso esercita la propria responsabilità genitoriale) può esercitare i suoi diritti e a cui sono imputabili le scelte di fondo sulle finalità e modalità del trattamento.

Titolare del trattamento è il Comune di La Spezia con sede legale in Piazza Europa n. 1 – 19124, La Spezia, tel. centralino +39 01877271, pec: protocollo.comune.laspezia@legalmail.it

### RESPONSABILE DELLA PROTEZIONE DEI DATI

Responsabile per la protezione dei dati personali è il Cav. Dott. Sergio Camillo Sortino, Piazza Europa, 1 - 19124 La Spezia, a cui è possibile fare riferimento per avere informazioni rispetto al trattamento dei propri dati personali e al rispetto della propria privacy, come indicato all'interno del Regolamento europeo nei Diritti dell'interessato, ai seguenti recapiti: Telefono: 0187 727711, e-mail sergio.sortino@comune.sp.it, posta certificata (pec) protocollo.comune.sp@pec.legalmail.it

### FINALITÀ E BASE GIURIDICA DEL TRATTAMENTO

La finalità del trattamento è la seguente:

- Il trattamento è finalizzato alla gestione del servizio di ristorazione scolastica ed in particolare per richiedere menù scolastici alternativi per motivi di salute e/o religiosi/etici

La liceità del trattamento si fonda sul consenso dell'interessato o di chi su di esso esercita la propria responsabilità genitoriale, ex art. 6, lett. a) del Reg. UE 679/2016. Pertanto in assenza di consenso non potrà essere erogata la prestazione richiesta.

### CATEGORIE PARTICOLARI DI DATI PERSONALI AI SENSI DELL'ARTICOLO 9 DEL REGOLAMENTO

In relazione alle finalità sopra riportate, Comune di La Spezia potrà trattare informazioni appartenenti alle categorie particolari di dati ai sensi dell'Articolo 9 par. 2 lett) a) del Regolamento idonei a rivelare:

- l'origine razziale o etnica;
- le convinzioni religiose o filosofiche;
- dati relativi alla salute.

### DESTINATARI DEI DATI

I seguenti soggetti riceveranno i dati personali del minore interessato (o, in caso di utente maggiorenne, i Suoi dati personali) in qualità di destinatari, ai sensi dell'articolo 28 del Regolamento, quali responsabili del trattamento:

- incaricati della predisposizione menù e diete, della produzione e distribuzione del pasto richiesto, incaricati di servizi informatici
- soggetti pubblici (scuola frequentata: incaricati delle attività di segreteria scolastica, personale docente e A.T.A. incaricato della sorveglianza ed assistenza alla mensa scolastica).

### ULTERIORI INFORMAZIONI FORNITE AGLI INTERESSATI

- a) Il periodo di conservazione dei dati è pari a quello necessario ai fini per cui sono raccolti, rispettando il principio di minimizzazione di cui all'articolo 5, comma 1, lettera c) del GDPR nonché gli obblighi di legge cui è tenuto il Titolare; oltre tale termine i dati potranno essere conservati con accesso limitato ai soli fini della difesa in sede civile e penale per eventuali controversie con l'interessato.
- b) È possibile esercitare il diritto di richiedere al titolare del trattamento l'accesso ai propri dati personali (o dell'interessato sul quale si esercita la potestà genitoriale) e la rettifica o la cancellazione degli stessi o la limitazione del trattamento o di opporsi al loro trattamento, oltre al diritto alla portabilità dei dati, rivolgendosi al Titolare all'indirizzo sopra riportato.
- c) È possibile revocare il consenso in quanto la liceità del trattamento è sulla base del consenso, fatti salvi gli effetti della revoca del consenso sull'erogazione della prestazione.
- d) È possibile proporre reclamo ad un'autorità di controllo. Per l'Italia si può rivolgere all'Autorità Garante per la protezione dei dati personali, come previsto dall'art. 77 del Regolamento stesso, o di adire le opportune sedi giudiziarie (art. 79 del Regolamento).
- e) La comunicazione di dati è prevista dal consenso dell'interessato o di chi su di esso esercita la propria responsabilità genitoriale.
- f) L'interessato non è soggetto ad un processo di decisione automatizzato o a logiche di profilazione.
- g) I dati dell'interessato potranno essere usati per altre finalità ed in particolare:
  - Archiviazione storica
  - Statistiche

A fronte di quanto sopra

**Dichiaro** di aver attentamente e consapevolmente letto l'informativa che precede e di essere stato/a esaurientemente informato dei diritti che posso esercitare, e quindi

**Accenso**

**Non Accenso**

La Spezia, \_\_\_\_\_

FIRMA del genitore\* 1 \_\_\_\_\_

(o dell'interessato in caso di utenti maggiorenni)

FIRMA del genitore\* 2 \_\_\_\_\_

In caso di sottoscrizione della richiesta da parte di un solo genitore\*:

*Il richiedente, consapevole delle conseguenze amministrative e penali per chi rilasci dichiarazioni non corrispondenti a verità, ai sensi del DPR 245/2000, dichiara*

*di aver effettuato la scelta richiesta in osservanza delle disposizioni sulla responsabilità genitoriale di cui agli artt. 316, 337 ter e 337 quater del codice civile e del D.L. 154 del 28 dicembre 2013, che richiedono il consenso di entrambi i genitori".*

*di essere l'unico soggetto esercente la potestà genitoriale sul minore*

FIRMA del genitore\* \_\_\_\_\_

\*o soggetto avente la potestà genitoriale

## INDICAZIONI UTILI ALLA FAMIGLIA CHE SCEGLIE PER IL PROPRIO BAMBINO UNA ALIMENTAZIONE PRIVA DI ALIMENTI E DERIVATI DI ORIGINE ANIMALE (DIETA VEGANA)

Gentile famiglia

Nel riscontrare la Sua richiesta di menù scolastico alternativo, riteniamo opportuno condividere con Lei alcune importanti indicazioni; l'alimentazione è infatti un fattore fondamentale per la salute ed il benessere psicofisico della persona e ciò vale soprattutto nei primi anni di vita, quando squilibri e carenze nutrizionali possono compromettere il corretto sviluppo fisico e neurologico del bambino; per questo motivo i regimi dietetici che escludono totalmente interi gruppi alimentari richiedono in chi li segue conoscenze appropriate per essere certi di introdurre nell'alimentazione giornaliera il giusto apporto di alcuni importanti micronutrienti.

Per la famiglia che sceglie la dieta vegana per il proprio bambino/a, escludendo dalla sua alimentazione l'apporto dei nutrienti contenuti negli alimenti e derivati di origine animale (carni, pesci, uova, latte e derivati), è necessario in primo luogo essere consapevole che, sentito il parere del pediatra di famiglia, per garantire un adeguato bilanciamento della dieta può essere necessario l'utilizzo di alimenti fortificati (alimenti tradizionali cui vengono aggiunti nutrienti non energetici come sali minerali e vitamine) o integratori.

Gli elementi nutritivi a cui deve essere prestata particolare attenzione sono i seguenti:

**VITAMINA B12:** perché il bambino lo possa assumere in quantità adeguata è necessaria l'assunzione supplementare di alimenti fortificati o di idonei integratori;

**CALCIO:** perché il bambino lo possa assumere in quantità adeguata è consigliata l'assunzione di verdure a basso contenuto di ossalati e fitati (ad esempio verdure a foglia verde, cavoli), di bevande addizionate (esempio bevanda di riso), di acque minerali ricche di calcio, di alcuni tipi di frutta secca e semi oleaginosi;

**VITAMINA D:** occorre valutare se la produzione endogena è sufficiente ed eventualmente provvedere all'integrazione;

**FERRO:** è contenuto in alcuni alimenti vegetali (broccoli, fagiolini, cavoli), nei legumi, nella frutta secca, nei semi (sesamo, zucca, pistacchio), in pseudocereali (quinoa) e discretamente nei cereali; per migliorarne l'assorbimento e l'utilizzo da parte dell'organismo è necessario assumere nello stesso pasto anche alimenti ricchi di acido ascorbico (Vitamina C) come alcuni tipi di frutta o utilizzare l'ammollo per i legumi secchi; l'alternativa è l'assunzione attraverso alimenti fortificati.

**ZINCO:** è contenuto in vari alimenti vegetali; per migliorarne l'assorbimento e inibire l'azione dei fitati, naturalmente contenuti in verdure e legumi, è importante utilizzare adeguati metodi di inattivazione come la cottura e l'acidificazione (ad esempio consumando nello stesso pasto alimenti ricchi di acido citrico come agrumi, pomodoro e aceto);

**ACIDI GRASSI OMEGA 3:** sono contenuti nelle noci, nei semi di lino, nei semi di chia e negli oli da essi derivati. In alternativa è possibile ricorrere alla supplementazione con integratori.

Un corretto apporto di proteine e nutrienti essenziali per lo sviluppo neuro-psico-motorio e la crescita si ottiene con un consumo quotidiano e variato di tutti i gruppi di alimenti vegetali, forniti nelle giuste porzioni in base alle diverse età del bambino. Se il bambino fruisce della ristorazione scolastica è quindi opportuno considerare il menù scolastico per completarlo con l'alimentazione familiare nel modo più opportuno.

E' sempre raccomandato rivolgersi al proprio pediatra di famiglia per la prescrizione degli integratori alimentari idonei; il pediatra infatti con i bilanci di salute verifica la crescita e lo stato generale di salute del bambino ed è in grado sia di diagnosticare precocemente eventuali carenze alimentari sia di fornire le indicazioni più pertinenti al caso.