



CITTA' DI TORINO

In collaborazione con



Camera
di commercio
Torino



LABORATORIO CHIMICO
CAMERA DI COMMERCIO TORINO



...sceglie il pesce con attenzione?

Nella mensa scolastica si somministra pesce proveniente da zone **FAO 27** (Oceano Atlantico Nord-Est) o **FAO 37** (Mar Mediterraneo e Mar Nero) o in alternativa proveniente da **pesca certificata MSC**.



CHE COSA SI INTENDE PER ZONE FAO?

Le zone FAO (*Food and Agriculture Organization of the United Nations*) sono aree marine individuate per identificare l'origine del pesce e favorire la gestione sostenibile delle risorse ittiche. La scelta delle FAO 27 e 37, prevista dai CAM 2020, risponde a criteri di prossimità e tutela delle risorse, contribuendo anche a ridurre l'impatto ambientale del trasporto.

CHE COSA SI INTENDE PER PESCA SOSTENIBILE MSC?

MSC (*Marine Stewardship Council*) è una certificazione che identifica il pesce proveniente da attività di pesca sostenibili, gestite nel rispetto degli ecosistemi marini.



LO SAI CHE...

Il pesce è una fonte di **proteine ad alto valore biologico**, **grassi insaturi** e **omega 3**, importanti per la salute cardiovascolare, il cervello e il sistema nervoso. Apporta inoltre **vitamine** e **sali minerali**, tra cui vitamine del gruppo B e D, **iodio** e **fosforo**, utili per il metabolismo, le ossa e la funzione tiroidea. Poiché il contenuto di nutrienti varia in base alla specie, è importante consumare diverse varietà di pesce.

IN MENSA

Viene utilizzato pesce surgelato all'origine e già deliscato dal produttore, proposto in diverse preparazioni, dalla cottura al vapore al pesce impanato e dorato al forno, fino a ricette più elaborate e gradite ai bambini, come polpette e crocchette. La deliscatura riduce significativamente la presenza di lische, anche se, trattandosi di un prodotto ittico, non è possibile escluderne completamente la presenza occasionale.

Sai cos'è l'ABTV?

L'ABTV (Azoto Basico Volatile Totale) è un importante parametro chimico utilizzato per valutare la freschezza e lo stato di conservazione del pesce.

Le verifiche effettuate dal Laboratorio Chimico Camera di commercio di Torino sul servizio di ristorazione scolastica del Comune di Torino hanno sempre evidenziato esiti conformi.



INFO NUTRIZIONALI MEDI per 100g

ENERGIA: 387 kJ - 93 kcal	GRASSI: 2 g
CARBOIDRATI: 0 g	PROTEINE: 19 g

Fonte: Tabelle di composizione degli alimenti CREA - Merluzzo o nasello
Tabelle di composizione degli alimenti CREA - Halibut