



ASP Azalea

**Azienda Pubblica di Servizi alla Persona del
Distretto di Ponente**

**PROCEDURA APERTA PER L'AFFIDAMENTO DEL SERVIZIO DI RISTORAZIONE DELLE STRUTTURE
DELL'ASP AZALEA**

ALLEGATO N° 3 AL CAPITOLATO SPECIALE DESCRITTIVO PRESTAZIONALE

MENU', DIETETICO E GRAMMATURE PER LE DIVERSE UTENZE



ASP Azalea

**Azienda Pubblica di Servizi alla Persona del
Distretto di Ponente**

ALLEGATO N° 3 AL CAPITOLATO SPECIALE DESCRITTIVO PRESTAZIONALE

MENU E GRAMMATURE STRUTTURE SOCIO - ASSISTENZIALI

**MENÙ PRIMAVERA / ESTATE 2017 - ISTITUTO ANDREOLI**

1° sett	PRANZO	MERENDA	CENA
LUNEDÌ	Pasta all'ortolana Riso Bianco Frittata con verdure Broccoli Insalata Frutta Fresca /Cotta	Yogurt magro	Caffelatte Minestra di verdure Pasta Bianca Formaggi (fontal, caciotta, crescenza) Erbette Pomodori Frutta Fresca /Cotta
MARTEDÌ	Pasta pomodoro e basilico Pasta Bianca Scaloppina di pollo al limone Fagiolini Insalata Frutta Fresca /Cotta	Succo di frutta Biscotti s/z	Caffelatte Riso e piselli Minestrina Salumi misti (cotto e mortadella) Cipolle Lesse Insalata Frutta Fresca /Cotta
MERCOLEDÌ	Minestrone di pasta Minestrina Pollo al forno Finocchi Insalata Frutta Fresca /Cotta	Budino Frutta fresca	Caffelatte Crema di spinaci Pasta Bianca Pizza Cannellini Pomodori Frutta Fresca /Cotta
GIOVEDÌ	Pasta al pesto Pasta Bianca Polpettone di carne Peperonata Pomodori Frutta Fresca /Cotta	Anguria / Frutta fresca Prugne Sciropate o Mousse di Prugna	Caffelatte Minestrone di Pasta Minestrina Torta salata Carote Insalata Frutta Fresca /Cotta
VENERDÌ	Pasta con zucchine Riso Bianco Pesce gratinato Patate prezzemolate Insalata Frutta Fresca /Cotta	Mousse di Prugna	Caffelatte Minestrina Riso Bianco Involtini prosciutto e formaggio Fagiolini Pomodori Frutta Fresca /Cotta
SABATO	Risotto primavera Pasta in Bianco Bocconcini di pollo Carote Insalata Frutta Fresca /Cotta	Yogurt magro	Caffelatte Passato di verdura Minestrina Mozzarella Cavoli Pomodori Frutta Fresca /Cotta
DOMENICA	Lasagne al ragù Riso Bianco Coppa arrosto Patate al forno Insalata Frutta Fresca /Cotta	Gelato Gelato di Soia	Caffelatte Minestrina Pasta Bianca Prosciutto Crudo Insalata Carciofi Trifolati Frutta Fresca /Cotta

Minestrina e purè sono presenti ad ogni pasto. Come alternative a pranzo e cena sono previsti: **Pollo/Manzo lessato, Prosciutto Cotto e Formaggio (Ricotta, Formaggino e Formaggio stagionato)**



2° sett	PRANZO	MERENDA	CENA
LUNEDÌ	Pasta con zucchine Pasta Bianca Frittata con cipolle Cavolfiori Insalata Frutta Fresca /Cotta	Mousse di Prugna	Caffelatte Minestrina Pasta Bianca Salumi misti (Praga e Coppa) Erbette Pomodori Frutta Fresca /Cotta
MARTEDÌ	Pasta pomodoro e basilico Riso Bianco Macinato di manzo Piselli Pomodori Frutta Fresca /Cotta	Frutta Sciropata frullata Frutta Fresca	Caffelatte Riso in brodo Minestrina Pesce lesso con limone Carote Insalata Frutta Fresca /Cotta
MERCOLEDÌ	Spaghetti Aglio e Olio Riso Bianco Verdure ripiene Spinaci Pomodori Frutta Fresca /Cotta	Yogurt magro	Caffelatte Passato di verdura Pasta Bianca Torta salate alle verdure Zucchine Insalata Frutta Fresca /Cotta
GIOVEDÌ	Risotto con asparagi Riso Bianco Salame Milano Insalata russa Insalata Frutta Fresca /Cotta	Frullato di Frutta Fresca (senza latte) Prugne Sciropate o Mousse di Prugna	Caffelatte Zuppa d'orzo Minestrina Involtini Mortadella Patate prezzemolate Insalata Frutta Fresca /Cotta
VENERDÌ	Tagliatelle alla boscaiola Riso Bianco Pesce con pomodori e olive Cavolfiori Insalata Frutta Fresca /Cotta	Anguria/ Frutta fresca Mousse di Prugna	Caffelatte Minestra di spinaci Minestrina Sgombro Tonno naturale Biete Pomodori Frutta Fresca /Cotta
SABATO	Gnocchi al pomodoro Riso Bianco Scaloppine di pollo alle olive Fagiolini Pomodori Frutta Fresca /Cotta	Budino al Cioccolato Biscotti S/zucchero	Caffelatte Riso bianco Minestrina Formaggi (grana, mozzarella, spalmabile) Zucchine Pomodori Frutta Fresca /Cotta
DOMENICA	Pasta al ragù Riso Bianco Arrosto di vitello Patate al forno Insalata Frutta Fresca /Cotta	Gelato Gelato di Soia	Caffelatte Minestrina Pasta Bianca Bresaola Carote Insalata Frutta Fresca /Cotta

Minestrina e purè sono presenti ad ogni pasto. Come alternative a pranzo e cena sono previsti: **Pollo/Manzo lesso, Prosciutto Cotto e Formaggio (Ricotta, Formaggino e Formaggio stagionato)**



3° sett	PRANZO	MERENDA	CENA
LUNEDÌ	Minestrone di Riso Pasta Bianca Uova Sode Cavolfiori Insalata Frutta Fresca /Cotta	Cioccolato fondente Yogurt Magro	Caffelatte Minestra di spinaci Riso Bianco Salumi misti (salame e mortadella) Finocchi pomodori Frutta Fresca /Cotta
MARTEDÌ	Pasta al ragù Riso Bianco Hamburger Carote Insalata Frutta Fresca /Cotta	Budino al cioccolato Frutta fresca	Caffelatte Riso patate e prezzemolo Minestrina Pesce lesso al limone Tris di verdure in umido Insalata Frutta Fresca /Cotta
MERCOLEDÌ	Pasta alle melanzane Pasta Bianca Insalata di pollo Spinaci Pomodori Frutta Fresca /Cotta	Anguria / Frutta fresca Prugne sciroppate	Caffelatte Minestrone di legumi Pasta bianca Torta salata Zucchine Insalata Frutta Fresca /Cotta
GIOVEDÌ	Risotto con salsiccia Riso Bianco Carne in scatola Fagiolini Insalata Frutta Fresca /Cotta	Yogurt magro	Caffelatte Minestrone di pasta Minestrina Formaggi misti (emmental, caciotta e crescenza) Erbette Pomodori Frutta Fresca /Cotta
VENERDÌ	Bastoncini di pesce Cannellini Insalata Frutta Fresca /Cotta	Mousse di prugna	Caffelatte Riso Bianco Minestrina Prosciutto cotto Fagiolini Pomodori Frutta Fresca /Cotta
SABATO	Pollo arrosto Carote Insalata Frutta Fresca /Cotta	Budino cream caramel Biscotti s/z	Caffelatte Minestrina Pasta Bianca Pizza Cavoli Insalata Frutta Fresca /Cotta
DOMENICA	Polpettone di Cavallo Patate al forno Insalata Frutta Fresca /Cotta	Gelato Gelato di Soia	Caffelatte Minestrina Riso Bianco Prosciutto Crudo Cipolle al Forno Insalata Frutta Fresca /Cotta

Minestrina e purè sono presenti ad ogni pasto. Come alternative a pranzo e cena sono previsti: **Pollo/Manzo lesso, Prosciutto Cotto e Formaggio (Ricotta, Formaggino e Formaggio stagionato)**



4° sett	PRANZO	MERENDA	CENA
LUNEDÌ	Spaghetti aglio e olio Riso Bianco Frittata con verdure Fagiolini Insalata Frutta Fresca /Cotta	Frutta Fresca	Caffelatte Minestra d'orzo Minestrina Salumi misti (Pancetta + Coppa) Carote Pomodori Frutta Fresca /Cotta
MARTEDÌ	Risotto alla Milanese Pasta Bianca Tacchino Arrotolato Erbette Insalata Frutta Fresca /Cotta	Frappé	Caffelatte Minestrone di pasta Minestrina Sformato di tonno Tris di Verdure in umido Insalata Frutta Fresca /Cotta
MERCOLEDÌ	Pasta pomodoro e Basilico Riso Bianco Macinato di Cavallo Cavoli Pomodori Frutta Fresca /Cotta	Cioccolato fondente Biscotti s/z	Caffelatte Minestrina Pasta Bianca Formaggi misti teneri Spinaci Insalata Frutta Fresca /Cotta
GIOVEDÌ	Pasta all'amatriciana Riso Bianco Polpettone di patate Fagiolini Insalata Frutta Fresca /Cotta	Yogurt magro	Caffelatte Riso e patate Minestrina Prosciutto cotto Zucchine Trifolate Pomodori Frutta Fresca /Cotta
VENERDÌ	Pasta alle vongole Riso Bianco Polpette di pesce Zucchine Pomodori Frutta Fresca /Cotta	Frullato di Frutta Fresca	Caffelatte Minestrina Riso Bianco Formaggi misti (formaggio stagionato, gorgonzola e crescenza) Erbette al Limone Insalata Frutta Fresca /Cotta
SABATO	Pasta con sugo di fagioli Riso Bianco Tonno Carote Pomodori Frutta Fresca /Cotta	Budino al Cioccolato Yogurt Magro	Involtini di tacchino e formaggio Finocchi Insalata Frutta Fresca /Cotta
DOMENICA	Gnocchi in salsa aurora Riso Bianco Arrosto di tacchino Patate Arrosto Insalata Frutta Fresca /Cotta	Gelato Gelato di Soia	Prosciutto cotto di Praga Cavoli Insalata Frutta Fresca /Cotta

Minestrina e purè sono presenti ad ogni pasto. Come alternative a pranzo e cena sono previsti: **Pollo/Manzo lessso, Prosciutto Cotto e Formaggio (Ricotta, Formaggino e Formaggio stagionato)**



5° sett	PRANZO	MERENDA	CENA
LUNEDÌ	Minestrone di Pasta Riso Bianco Frittata con cipolle Zucchine Insalata Frutta Fresca /Cotta Minestrone di Pasta Riso Bianco	Yogurt Magro	Caffelatte Minestrina Pasta in Bianco Prosciutto Cotto Cavoli Pomodori Frutta Fresca /Cotta
MARTEDÌ	Risotto agli asparagi Pasta Bianca Manzo freddo con salsa verde Erbette Insalata Frutta Fresca /Cotta	Mousse di frutta	Caffelatte Minestrina Minestra d'orzo Insalata di tonno Spinaci Insalata Frutta Fresca /Cotta
MERCOLEDÌ	Pasta al pesto Riso Bianco Lonza arrosto Caponata Pomodori Frutta Fresca /Cotta	Anguria / Frutta fresca	Caffelatte Minestrina Pasta Bianca Formaggi (mozzarella, brie, spalmabile) Catalogna al Limone Insalata Frutta Fresca /Cotta
GIOVEDÌ	Spaghetti Aglio e Olio Riso Bianco Picula di cavallo Carote Insalata Frutta Fresca /Cotta	Yogurt magro Biscotti s/z	Caffelatte Passato di verdure Minestrina Torta salata Fagiolini Pomodori Frutta Fresca /Cotta
VENERDÌ	Pasta al sugo di pesce Pasta Bianca Pesce alla pizzaiola (pomodoro e origano) Cipolle al forno Pomodori Frutta Fresca /Cotta	Frullato di frutta	Caffelatte Minestrina Riso Bianco Salumi (Coppa e Cotto) Finocchi Insalata Frutta Fresca /Cotta
SABATO	Risotto con verdure Riso Bianco Salamelle bollite Broccoli Insalata Frutta Fresca /Cotta	Frutta Fresca	Caffelatte Crema di carote Minestrina Pizza Zucchine Insalata Frutta Fresca /Cotta
DOMENICA	Lasagne al pesto Riso Bianco Cosce di pollo al forno Patate arrosto Insalata Frutta Fresca /Cotta	Gelato Gelato di Soia	Caffelatte Minestrina Riso Bianco Prosciutto crudo Fagiolini Insalata Frutta Fresca /Cotta

Minestrina e purè sono presenti ad ogni pasto. Come alternative a pranzo e cena sono previsti: **Pollo/Manzo lessso, Prosciutto Cotto e Formaggio (Ricotta, Formaggino e Formaggio stagionato)**

**MENU CASA PROTETTA ALBESANI AUTUNNO / INVERNO 2017/18**

1° sett	PRANZO	MERENDA	CENA
LUNEDÌ	PASTA AL RAGU' Minestrina OMELETTE AL FORMAGGIO Salume / Formaggio CANNELLINI INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA	TORTINA	MINISTRINA TORTINO SALATO CON VERDURE Salume / Formaggio CAROTE ALL'OLIO / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
MARTEDÌ	RISOTTO ALLA MILANESE Minestrina SALAME COTTO Salume / Formaggio PURE' DI PATATE Insalata FRUTTA FRESCA /COTTA	SUCCO DI FRUTTA (per diabetici: senza zucchero)	PASSATO DI VERDURA Minestrina FORMAGGI MISTI Salume FINOCCHI ALL'OLIO / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
MERCOLEDÌ	SPAGHETTI ALLE VERDURE Minestrina PESCE GRATINATO Salume / Formaggio PATATE LESSE / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA	YOGURT MAGRO ALLA FRUTTA YOGURT INTERO ALLA FRUTTA	MINISTRINA PIZZA/TORTINO PIZZAIOLA Salume / Formaggio ERBETTE ALL'OLIO / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
GIOVEDÌ	POLENTA CON I FORMAGGI Minestrina FAGIOLINI ALL'OLIO INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA	BUDINO ALLA VANIGLIA	ZUPPA DI LEGUMI Minestrina PROSCIUTTO COTTO o MORTEDELLA Formaggio CAVOLFIORI / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
VENERDÌ	PASTA AL TONNO Minestrina COTOLETTA DI PESCE Salume / Formaggio ZUCCHINE / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA	TRAMEZZINO AL CIOCCOLATO ½ TRAMEZZINO ALLA MARMELLATA	MINISTRINA POLPETTE DI CARNE Salume / Formaggio CAROTE ALL'OLIO / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
SABATO	PAGLIA E FIENO AL RAGU' Minestrina PETTO DI POLLO AI FUNGHI Salume / Formaggio CAVOLFIORI / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA	FRUTTA SCIROPATA FRUTTA FRESCA	MINISTRONE DI RISO INVOLTINI PROSCIUTTO E FONTINA Salume / Formaggio PISELLI IN PUREA / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
DOMENICA	PISAREI E FASÖ Minestrina PROSCIUTTO CRUDO Salume / Formaggio PATATE AL FORNO / INSALATA FRUTTA FRESCA/COTTA	TORTA	MINISTRINA ARROSTO DI VITELLO Salume / Formaggio CIPOLLE AL FORNO / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA



2° sett	PRANZO	MERENDA	CENA
LUNEDÌ	GNOCCHI AL POMODORO Minestrina OMELETTE FARCITA AL FORNO Salume / Formaggio ZUCCHINE / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA	SUCCO DI FRUTTA (per diabetici: senza zucchero)	MINISTRINA PANCETTA/SALAME Salume / Formaggio CAROTE / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
MARTEDÌ	RISOTTO CON SALSICCIA Minestrina BOCCONCINI DI POLLO AGLI AROMI Salume / Formaggio PURE' DI CAVOLFIORI / INSALATA FRUTTA FRESCA/COTTA	BUDINO AL CIOCCOLATO	PASTA E PATATE Minestrina CROCCETTE DI PESCE Salume / Formaggio SPINACI / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
MERCOLEDÌ	TAGLIATELLE AI FUNGHI Minestrina PICULA DI CAVALLO Salume / Formaggio PATATE PREZZEMOLATE / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA	CREAM CAMEL	RISO E PREZZEMOLO Minestrina TORTA SALATA Formaggio CAROTE IN PUREA / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
GIOVEDÌ	POLENTA E BRASATO CON VERDURE Minestrina VERZA COTTA / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA	FRUTTA SCIROPATA FRUTTA FRESCA	ZUPPA DI VERDURA Minestrina FORMAGGI MISTI Salume / Formaggio FINOCCHI / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
VENERDÌ	PASTA CON ZUCCHINE Minestrina HALIBUT AL POMODORO, OLIVE E CAPPERI Salume / Formaggio FAGIOLINI / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA	TRAMEZZINO AL PROSCIUTTO	MINISTRINA COPPA Salume / Formaggio PISELLI IN PUREA / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
SABATO	RISOTTO PISELLI PROSCIUTTO Minestrina SALAME COTTO Salume / Formaggio PURE' DI PATATE / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA	MACEDONIA	MINISTRINA COSCETTE DI POLLO AROMI Salumi / Formaggi RAPE ROSSE / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
DOMENICA	PASTA AL FORNO Minestrina PROSCIUTTO CRUDO Salumi / Formaggi PATATE AL FORNO / INSALATA FRUTTA FRESCA/COTTA	TORTA	PASTA E FAGIOLI COPPA ARROSTO Salume / Formaggio ZUCCHINE IN PUREA / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA



3° sett	PRANZO	MERENDA	CENA
LUNEDÌ	PASTA AL BURRO Minestrina UOVA STRAPAZZATE Salume / Formaggio PISELLI IN PUREA / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA	SUCCO DI FRUTTA (per diabetici: senza zucchero)	ZUPPA TOSCANA Minestrina COSCE POLLO CACCIATORA Salume / Formaggio ZUCCHINE IN PUREA / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
MARTEDÌ	RISO CON ZUCCA Minestrina PALOMBO AL GRATIN Salume / Formaggio PATATE LESSE / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA	BUDINO ALLA VANIGLIA	PASSATO DI VERDURA INVOLTINO PROSCIUTTO E FORMAGGIO TIEPIDO Salume / Formaggio BROCCOLI IN PUREA / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
MERCOLEDÌ	PASTA ALLA BOSCAIOLA Minestrina POLPETTONE DI CARNE Salume / Formaggio CAROTE ALL'OLIO / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA	YOGURT MAGRO ALLA FRUTTA YOGURT INTERO ALLA FRUTTA	STRACCIATELLA Minestrina CROCCHETTE DI VERDURA Salume / Formaggio TRIS DI VERDURE / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
GIOVEDÌ	POLENTA CON FORMAGGI Minestrina FAGIOLINI / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA	TORTINO	MINISTRONE CON PASTA Minestrina PESCE GRATINATO Salume / Formaggio FAGIOLI / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
VENERDÌ	TAGLIATELLE AL RAGU' Minestrina BOCCONCINI POLLO DORATI Salume / Formaggio PATATE AL FORNO/ INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA	FRUTTA SCIROPATA FRUTTA FRESCA	MINISTRINA TORTINO DI VERDURE Salume / Formaggio ZUCCHINE / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
SABATO	GNOCCHI ALLA ROMANA Minestrina ARROSTO DI TACCHINO AROMI Salume / Formaggio SPINACI / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA	TRAMEZZINO AL CIOCCOLATO ½ TRAMEZZINO ALLA MARMELLATA	PASTA E FAGIOLI FORMAGGI MISTI Salume CIPOLLE AL VAPORE/ INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
DOMENICA	TORTELLI BURRO E SALVIA Minestrina PROSCIUTTO CRUDO Salume / Formaggio PATATE ARROSTO / INSALATA FRUTTA FRESCA/COTTA	TORTA	MINISTRINA POLLO AL FORNO Salume / Formaggio CAVOLFIORI IN PUREA / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA



4° sett	PRANZO	MERENDA	CENA
LUNEDÌ	PASTA AL POMODORO Minestrina POLPETTONE Salume / Formaggio BROCCOLI IN PUREA / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA	SUCCO DI FRUTTA (per diabetici: senza zucchero)	PASTA E LENTICCHIE Minestrina FORMAGGI MISTI Salume / Formaggio SPINACI / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
MARTEDÌ	RISOTTO CON FUNGHI Minestrina OMELETTE CON VERDURE Salume / Formaggio CAROTE IN PUREA / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA	BUDINO AL CIOCCOLATO	MINISTRINA MORTADELLA Salume / Formaggio CIPOLLE AL VAPORE / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
MERCOLEDÌ	PASTA CON RADICCHIO Minestrina BOLLITO MISTO CON SALSIA VERDE Salume / Formaggio FAGIOLINI / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA	FRUTTA FRESCA	RISO PATATE E PREZZEMOLO Minestrina TORTINO DI PATATE E PORRI Salume FAGIOLI / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
GIOVEDÌ	POLENTA CON HALIBUT E VERDURE Minestrina ZUCCHINE / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA	CREM CAMEL	MINISTRINA COSCE DI POLLO LESSE Salume / Formaggio CAROTE IN PUREA / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
VENERDÌ	PASTA AL RAGU' GRATINATA BOCCONCINI DI TACCHINO AGLI AGRUMI Salume / Formaggio CAVOLFIORI IN PUREA / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA	FRUTTA FRESCA	MINISTRONE DI RISO Minestrina COTOLETTA DI PESCE LIGHT Salume / Formaggio SPINACI / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
SABATO	PASTA AGLIO E OLIO Minestrina PETTO DI POLLO ALLA VALDOSTANA Salume / Formaggio VERZA COTTA / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA	YOGURT MAGRO ALLA FRUTTA YOGURT INTERO ALLA FRUTTA	MINISTRINA POLPETTE DI PATATE, MORTADELLA E PREZZEMOLO Salume / Formaggio ERBETTE AL BURRO / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
DOMENICA	LASAGNE ALLA BOLOGNESE Minestrina PROSCIUTTO CRUDO Salume / Formaggio PATATE AL FORNO / INSALATA FRUTTA FRESCA/COTTA	TORTA	MINISTRINA ARROSTO DI VITELLO Salume / Formaggio CAVOLFIORI / INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA

**MENU CASA PROTETTA ALBESANI PRIMAVERA / ESTATE 2018**

1° sett	PRANZO	MERENDA	CENA
LUNEDÌ	PASTA ALL'ORTOLANA FRITTATA POMODORI FRUTTA FRESCA /COTTA	YOGURT ALLA FRUTTA (per diabetici: yogurt magro)	MINESTRA DI PATATE FORMAGGI MISTI (fontal, primo sale e crescita) BROCCOLI FRUTTA FRESCA /COTTA
MARTEDÌ	PASTA POMODORO E BASILICO SCALOPPINA AL LIMONE FAGIOLINI IN INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA	SUCCO DI FRUTTA (per diabetici: senza zucchero)	RISO E PISELLI IN BRODO SALUMI MISTI (prosciutto cotto e mortadella) CAROTE FRUTTA FRESCA /COTTA
MERCOLEDÌ	PASTA BURRO E GRANA POLLO AL FORNO FINOCCHI FRUTTA FRESCA /COTTA	FRUTTA FRESCA	CREMA DI CAROTE TORTINO DI PATATE ALLA PIZZAIOLA FAGIOLINI FRUTTA FRESCA /COTTA
GIOVEDÌ	MINISTRONE DI RISO VITELLO TONNATO ZUCCHINE TRIFOLATE FRUTTA FRESCA /COTTA	YOGURT	MINISTRINA INVOLTINO DI PROSCIUTTO E FORMAGGIO CANNELLINI IN INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
VENERDÌ	PASTA CON ZUCCHINE PESCE GRATINATO PATATE LESSE FRUTTA FRESCA /COTTA	SUCCO DI FRUTTA	RISO IN BRODO TORTA SALATA DI MAGRO CAROTE FRUTTA FRESCA /COTTA
SABATO	RISOTTO PRIMAVERA BOCCONCINI DI POLLO AGLI AGRUMI ERBETTE GRATINATE FRUTTA FRESCA /COTTA	SUCCO DI FRUTTA (per diabetici: senza zucchero)	PASSATO DI VERDURA CAPRESE (mozzarella e pomodori) FRUTTA FRESCA /COTTA
DOMENICA	GNOCCHI AL POMODORO COPPA ARROSTO PEPERONATA FRUTTA FRESCA /COTTA	GELATO	MINISTRINA PROSCIUTTO CRUDO PATATE ARROSTO FRUTTA FRESCA /COTTA



2° sett	PRANZO	MERENDA	CENA
LUNEDÌ	PASTA CON ZUCCHINE FRITTATA PORRI CAVOLFIORI FRUTTA FRESCA /COTTA	YOGURT ALLA FRUTTA (per diabetici: yogurt magro)	MINESTRA DI VERDURA SALUMI MISTI (Praga e Coppa) CAROTE FRUTTA FRESCA /COTTA
MARTEDÌ	PASTA AL POMODORO E BASILICO SPEZZATINO PISELLI FRUTTA FRESCA/COTTA	FRUTTA FRSCA	RISO IN BRODO FORMAGGI MISTI (grana, mozzarella, spalmabile) ERBETTE FRUTTA FRESCA /COTTA
MERCOLEDÌ	PASTA PRIMAVERA VERDURE RIPIENE POMODORI FRUTTA FRESCA /COTTA	SUCCO DI FRUTTA (per diabetici: senza zucchero)	PASSATO DI VERDURA TORTINO DI PATATE ZUCCHINE FRUTTA FRESCA /COTTA
GIOVEDÌ	RISOTTO CON SALSICCIA AFFETTATO DI TACCHINO SPINACI FRUTTA FRESCA /COTTA	YOGURT	ZUPPA DI ORZO PROSCIUTTO COTTO PATATE PREZZEMOLATE FRUTTA FRESCA /COTTA
VENERDÌ	TAGLIATELLE ALLA BOSCAIOLA PESCE GRATINATO POMODORI FRUTTA FRESCA /COTTA	FRUTTA FRESCA	MINESTRA DI SPINACI POLPETTE PATATE RICOTTA CANNELLINI IN INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
SABATO	GNOCCHI IN SALSA AURORA SCALOPPINA ALLE OLIVE FAGIOLINI FRUTTA FRESCA /COTTA	SUCCO DI FRUTTA (per diabetici: senza zucchero)	MINISTRINA IN BRODO INVOLTINI DI MORTADELLA ZUCCHINE FRUTTA FRESCA /COTTA
DOMENICA	LASAGNE AL PESTO ARROSTO DI VITELLO PEPERONATA FRUTTA FRESCA /COTTA	GELATO	MINISTRINA IN BRODO DI CARNE PROSCIUTTO CRUDO CAROTE GRATINATE FRUTTA FRESCA /COTTA



3° sett	PRANZO	MERENDA	CENA
LUNEDÌ	PASTA AL POMODORO UOVA SODE INSALATA /FAGIOLINI FRUTTA FRESCA /COTTA	SUCCO DI FRUTTA	MINISTRONE DI VERDURE SFORMATO DI RICOTTA FINOCCHI FRUTTA FRESCA /COTTA
MARTEDÌ	PASTA AL RAGU' CAPRESE (mozzarella e pomodoro) FRUTTA FRESCA /COTTA	FRUTTA FRESCA	RISO PATATE PREZZEMOLO PESCE LESSO CON LIMONE FAGIOLINI IN INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
MERCOLEDÌ	PASTA ALLA NORMA INSALATA DI POLLO SPINACI GRATINATI FRUTTA FRESCA /COTTA	YOGURT	MINISTRONE DI LEGUMI SALUMI MISTI (salame + mortadella) ZUCCHINE TRIFOLATE FRUTTA FRESCA /COTTA
GIOVEDÌ	PASTA AI PEPERONI COTOLETTE DI POLLO CIPOLLE AL FORNO FRUTTA FRESCA /COTTA	SUCCO DI FRUTTA (per diabetici: senza zucchero)	MINISTRA DI SPINACI FORMAGGI MISTI (fontal, caciotta e crescenza) CAROTE FRUTTA FRESCA /COTTA
VENERDÌ	RISOTTO ALLA CONTADINA PESCE AL POMODORO E OLIVE PEPERONI FRUTTA FRESCA /COTTA	FRUTTA FRESCA	MINISTRONE SFORMATO DI VERDURE CANNELLINI IN INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
SABATO	GNOCCHI ALLA SORRENTINA POLPETTONE RADICCHIO FRUTTA FRESCA /COTTA	YOGURT ALLA FRUTTA (per diabetici: yogurt magro)	MINISTRINA PIZZA CAVOLFIORE IN INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
DOMENICA	PISAREI E FASÖ POLLO ARROSTO SPINACI GRATINATI FRUTTA FRESCA /COTTA	GELATO	MINISTRINA PROSCIUTTO CRUDO PATATE PREZZEMOLATE FRUTTA FRESCA /COTTA



4° sett	PRANZO	MERENDA	CENA
LUNEDÌ	PASTA ALL' AMATRICIANA FRITTATA CON VERDURE FAGIOLINI IN INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA	YOGURT ALLA FRUTTA (per diabetici: yogurt magro)	MINESTRA D'ORZO INVOLTINI PROSCIUTTO E FORMAGGIO ERBETTE FRUTTA FRESCA /COTTA
MARTEDÌ	RISOTTO ALLA MILANESE PICULA DI CAVALLO PURE'/VERDURA COTTA FRUTTA FRESCA /COTTA	FRAPPÈ DI FRUTTA	ZUPPA DI LEGUMI SALUMI MISTI (Pancetta + Coppa) POMODORI FRUTTA FRESCA /COTTA
MERCOLEDÌ	PASTA POMODORO E BASILICO BOLLITO DI MANZO CON SALS VERDE PEPERONI FRUTTA FRESCA /COTTA	FRUTTA FRESCA	RISO DI VERDURE SFORNATO DI RICOTTA POMODORI FRUTTA FRESCA /COTTA
GIOVEDÌ	PASTA AGLIO E OLIO POLPETTONE INSALATA/VERDURA COTTA FRUTTA FRESCA/COTTA	SUCCO DI FRUTTA	MINESTRA DI PATATE AFFETTATO DI TACCHINO CANNELINI FRUTTA FRESCA /COTTA
VENERDÌ	MINISTRONE DI PASTA SOGLIOLA GRATINATA POMODORI FRUTTA FRESCA /COTTA	YOGURT ALLA FRUTTA (per diabetici: yogurt magro)	CREMA DI VERDURE FORMAGGI MISTI ERBETTE FRUTTA FRESCA /COTTA
SABATO	PASTA RICOTTA E SPINACI VITELLO TONNATO POMODORI FRUTTA FRESCA /COTTA	FRUTTA FRESCA	MINISTRINA PROSCIUTTO COTTO FAGIOLINI IN INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
DOMENICA	LASAGNE AL RAGU' ARROSTO DI TACCHINO PATATE ARROSTO FRUTTA FRESCA /COTTA	GELATO	MINISTRINA RISO PROSCIUTTO CRUDO BROCCOLI FRUTTA FRESCA /COTTA



5° sett	PRANZO	MERENDA	CENA
LUNEDÌ	MINISTRONE DI RISO ROTOLO DI FRITTATA AL FORMAGGIO POMODORI FRUTTA FRESCA /COTTA	SUCCO DI FRUTTA (per diabetici: senza zucchero)	MINESTRA D'ORZO SFORMATO DI TONNO PEPERONI FRUTTA FRESCA /COTTA
MARTEDÌ	RISOTTO ALLA BOLOGNESE LONZA ARROSTO ALLE MELE CAVOLI GRATINATI FRUTTA FRESCA /COTTA	YOGURT ALLA FRUTTA	MINISTRONE SALUMI (Coppa + Prosciutto cotto) FAGIOLINI IN INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
MERCOLEDÌ	PASTA POMODORO E BASILICO FESA DI TACCHINO ALLE ZUCCHINE INSALATA/VERDURA COTTA FRUTTA FRESCA /COTTA	FRUTTA FRSCA	PASSATO DI VERDURE CARNE IN SCATOLA CAROTE FRUTTA FRESCA /COTTA
GIOVEDÌ	PASTA AL PESTO INSALATA DI POLLO PATATE PEPERONI AL FORNO FRUTTA FRESCA/COTTA	SUCCO DI FRUTTA	ZUPPA DI CEREALI FORMAGGI (mozzarella, emmenthal, spalmabile) ZUCCHINE FRUTTA FRESCA /COTTA
VENERDÌ	PASTA CON SUGO DI PESCE PLATESSA ALLA PIZZAIOLA CAROTE TRIFOLATE FRUTTA FRESCA /COTTA	YOGURT ALLA FRUTTA	MINISTRONE DI PASTA TONNO/SGOMBRO FINOCCHI FRUTTA FRESCA /COTTA
SABATO	RISOTTO CON VERDURE SALSICCIA AL ROSMARINO PATATE/POMODORI FRUTTA FRESCA /COTTA	FRUTTA FRESCA	MINISTRINA IN BRODO DI CARNE SALUMI (Salame / Mortadella) CANNELLINI IN INSALATA FRUTTA FRESCA /COTTA
DOMENICA	LASAGNE AL RAGU' COSCETTE DI POLLO PATATE AL FORNO FRUTTA FRESCA/COTTA	GELATO	CREMA DI CAROTE PROSCIUTTO CRUDO FAGIOLINI FRUTTA FRESCA /COTTA

**GRAMMATURE AL CRUDO DEI PRINCIPALI ALIMENTI – CENTRO COTTURA ANDREOLI**

PATA / PASTINA / RISO		
Pastina e pasta per minestrone	gr.	35
Pasta	gr.	80
Riso	gr.	80
Polenta (farina)	gr.	80
Manzo per ragù	gr.	30 + POMODORO 60 gr.
IMPASTI DI CARNE		
Polpette di carne o svizzere	gr.	130 (CARNE 80 gr + IMPASTO)
Polpette di manzo	gr.	130 (CARNE 80 gr + IMPASTO)
Polpettone	gr.	130 (CARNE 100 gr + IMPASTO)
Peperone ripieno	gr.	200 (CARNE manzo & maiale 90 gr + IMPASTO)
IMPASTI DIVERSI		
Polpette di ricotta	gr.	130 n°1
Polpette di patate	gr.	130 n°1
Polpette di riso	gr.	130 n°1
Sformato di patate	gr.	130 (PATATE 100 gr + IMPASTO)
Sformato di tonno	gr.	130 (TONNO 30 gr + IMPASTO)
Sformato di prosciutto	gr.	130 (PROSCIUTTO 30 gr + IMPASTO)
SECONDI PIATTI DI CARNE		
Tacchino arrosto	gr.	150/160
Pollo/tacchino petto	gr.	130
Pollo a busto	gr.	1 / 4
Pollo coscia	gr.	250
Insalata di pollo	gr.	150 (POLLO/TACCHINO 120 gr + VERDURE 30gr)
Lonza al forno	gr.	140
Cotoletta di Lonza	gr.	130 (+IMPANATURA)
Stinco di Maiale	gr.	1 / 2
Cosciotto di Maiale	gr.	160
Spiedini	gr.	1
Arrosto di Vitello	gr.	150
Vitello tonnato	gr.	100 + SALSA 50
Spezzatino di Vitellone	gr.	150 / 160
Spezzatino di Manzo	gr.	150 / 160
(se la preparazione richiede le verdure: SPEZZATINO 120 gr + VERDURE 80 gr)		
Brasato	gr.	150 / 160
Bollito di manzo	gr.	150 / 160 (in ragione del taglio)
Macinato	gr.	150
Lesso	gr.	150 / 160
Lingua in umido	gr.	180 (gelo)



SECONDI PIATTI DI PESCE		
Sogliola	gr.	180 (compresa la glassatura)
Palombo	gr.	200 (compresa la glassatura)
Halibut	gr.	200 (compresa la glassatura)
Insalata di tonno	gr.	130 (TONNO IN OLIO DI OLIVA gr 70)
Tonno in olio di oliva	gr.	70 (TONNO PESATO DA SCATOLA GRANDE)
Sgombro in olio di oliva	gr.	90
SECONDI PIATTI DIVERSI		
Melanzane alla parmigiana	gr.	350 (pomodoro ridotto da 180 gr a 140 gr)
Carne in scatola	gr.	80
Grana Padano	gr.	80
SALUMI		
Prosciutto cotto	gr.	60
Prosciutto crudo	gr.	70
Prosciutto crudo e melone	gr.	70 (n°3 FETTE PROSC. + n°2 FETTE MELONE)
Pancetta	gr.	35
Mortadella	gr.	60
Coppa	gr.	50
Tacchino	gr.	60
Bresaola	gr.	60
VERDURE / PATATE		
Purea di patate (A COTTO)	gr.	250
Patate lesse	gr.	150
Patate arrosto	gr.	160
Verdura	gr.	150 / 200 (a seconda del tipo, compresa Glassatura)
Insalata	gr.	70
FORMAGGI		
Grana	gr.	80
Caciotta	gr.	100
Taleggio	gr.	100
Gorgonzola	gr.	100
Crescenza	gr.	100
Mozzarella	gr.	100
Ricotta	gr.	100
Formaggio spalm. Tipo Quick	gr.	100
Formaggio a spicchi	nr.	3



ASP Azalea

Azienda Pubblica di Servizi alla Persona del Distretto di Ponente

FRUTTA / FRULLATI / FRAPPE'		
Frutta fresca d istagione	gr.	150-180
Anguria	gr.	300
Melone	gr.	200
Prugne secche	gr.	70 (n°5)
Purea di frutta	gr.	120
Ananas	gr.	140 (n°4)
Mele a spicchi	gr.	120
Frappè di frutta	gr.	150 FRUTTA 120 + LATTE P.S. q.b.
Frullato di frutta	gr.	150 (frutta 120 + succo frutta s/zucch q.b.)
Frutta per macedonia	gr.	150-180
COLAZIONE		
Biscotti	gr.	60
Fette biscottate	gr.	2 pacchetti da 32 gr
latte	gr.	250



ASP Azalea

Azienda Pubblica di Servizi alla Persona del Distretto di Ponente

MENU, DIETETICO E GRAMMATURE STRUTTURA OSPEDALIERA

DIETETICO OSPEDALIERO



**SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA**

Azienda Unità Sanitaria Locale di Piacenza

Direzione Assistenziale

Servizio Dietetico

0523 302204 – Fax 0523 302965



DIETA COMUNE

2000 kcal

- ✓ Dieta libera equilibrata corrisponde al menù ospedaliero.
- ✓ Riservata a quei degenti che non necessitano di limitazioni dieto terapeutiche.

DISTRIBUZIONE DEGLI ALIMENTI

PASTI	SOSTITUZIONI
COLAZIONE - Latte ml 200 - zucchero g 20 - fette biscottate g 45 - marmellata g 25	<i>oppure</i> orzo o tè <i>oppure</i> biscotti g 50
PRANZO - pasta o riso asciutti 80 g + parmigiano g 7 - carne 130 g - pane 50 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca di stagione 150 g	<i>oppure</i> 150 g pesce <i>oppure</i> 90 g verdura cruda
CENA - pasta o riso in brodo/minestre 35 g + parmigiano g 7 - carne 130 g - pane 50 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca di stagione 150 g	<i>oppure</i> 80-100 g affettati e salumi 100 g formaggio fresco 80 g formaggio stagionato 130 g uova <i>oppure</i> 90 g verdura cruda
<u>NELLA GIORNATA:</u> - Olio di oliva extravergine: 50 g	

ENERGIA:	kcal	2082		
PROTEINE:	g	92	=	18% delle calorie totali
LIPIDI:	g	75	=	32% delle calorie totali
GLUCIDI:	g	276	=	50% delle calorie totali



MENÙ NUOVO INGRESSO

- ✓ Il Menù nuovo ingresso viene associato in automatico ai pazienti che vengono ricoverati senza precedente programmazione.

DISTRIBUZIONE DEGLI ALIMENTI

PASTI	
COLAZIONE	
- Orzo o tè	ml 200
- zucchero	n. 2 bustine g 20
- fette biscottate	n. 2 pacchetti (g 30)
PRANZO E CENA	
- pastina in brodo + parmigiano g 7	35 g
- pollo lesso	130 g
- pane	50 g
- purè	150 g
- frutta cotta	150 g



DIETA IPERCALORICA

2700 kcal

- ✓ Dieta libera equilibrata corrisponde al menù ospedaliero con 2 spuntini
- ✓ Riservata a quei degenti che necessitano di diete ipercaloriche per elevata fase catabolica.

DISTRIBUZIONE DEGLI ALIMENTI

PASTI	SOSTITUZIONI
COLAZIONE	
- Latte 200 ml - zucchero 20 g - fette biscottate g 45 - 2 marmellate g 50 - burro g 10	<i>oppure</i> orzo o tè <i>oppure</i> biscotti g 50
SPUNTINI A META' MATTINA E POMERIGGIO	
Biscotti secchi g 40	<i>oppure</i> pane g 50 + prosciutto crudo o cotto g.50 <i>oppure</i> budino g.125 <i>oppure</i> 1 yogurt g.125 <i>oppure</i> crostatina
PRANZO	
- pasta o riso asciutti 80 g + parmigiano g 10 - carne 130 g - pane 50+50 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca di stagione 150 g	<i>oppure</i> 150 g pesce <i>oppure</i> 90 g verdura cruda
CENA	
- pasta o riso in brodo/minestre 35 g + parmigiano g 7 - carne 130 g - pane 50 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca di stagione 150 g	<i>oppure</i> 80-100 g affettati e salumi (2 volte a settimana) 100 g formaggio fresco (1 volta a settimana) 80 g formaggio stagionato (1 volta a settimana) 130 g uova in frittata (1 volta a settimana) <i>oppure</i> 90 g verdura cruda
NELLA GIORNATA:	
- Olio di oliva: 50 g + 10 g burro	

ENERGIA:	kcal	2700		
PROTEINE:	g	110	=	16% delle calorie totali
LIPIDI:	g	89	=	30% delle calorie totali
GLUCIDI:	g	398	=	54% delle calorie totali



DIETA PRIMA

1350 kcal

- ✓ Indicata nei primi giorni di rialimentazione post-operatoria, pancreatite in fase acuta, anche in associazione a diabete.

DISTRIBUZIONE DEGLI ALIMENTI

PASTI	SOSTITUZIONI
COLAZIONE - Tè o caffè d'orzo - zucchero 20 g - fette biscottate 45 g	COLAZIONE PER DIABETICO - Tè o caffè d'orzo senza zucchero - fette biscottate g 45
PRANZO E CENA - pasta in brodo 35 g + parmigiano g 14 - purè 200 g - frutta cotta 150 g	
<u>NELLA GIORNATA</u> - olio extravergine d'oliva g 20	

ENERGIA:	kcal	1350			
PROTEINE:	g	33	=	10%	delle calorie totali
LIPIDI:	g	36	=	24%	delle calorie totali
GLUCIDI:	g	237	=	66%	delle calorie totali



DIETA SENZA SCORIE

1900 kcal

- ✓ Dieta normocalorica equilibrata con riduzione del contenuto di fibra e di cibi atti a stimolare la motilità intestinale.
- ✓ Non contiene verdure, passati di verdure, brodi di carne, brodi con dadi, cibi piccanti, spezie.
- ✓ Indicata nelle sindromi colitiche con intolleranza alla fibra, nelle malattie infiammatorie intestinali croniche in fase acuta (coliti ulcerose, morbo di Crohn, gastroduodeniti), nelle preparazioni per indagini strumentali del tratto gastroenterico, anche associate a diabete.

DISTRIBUZIONE DEGLI ALIMENTI

PASTI	SOSTITUZIONI
COLAZIONE - Tè o caffè d'orzo - zucchero 20 g - fette biscottate g 45	COLAZIONE PER DIABETICO - Tè o caffè d'orzo senza zucchero - fette biscottate g 45
PRANZO - pasta o riso all'olio 100 g - carne (ai ferri, arrosto, lessa) 130 g - succo di frutta senza zucchero 200 ml	<i>oppure</i> 150 g pesce (al forno, lessato)
CENA - pasta o riso all'olio 100 g - carne (ai ferri, arrosto, lessa) 130 g - succo di frutta senza zucchero 200 ml	<i>oppure</i> 150 g pesce (al forno, lessato) <i>oppure</i> 80-100 g prosciutto crudo o cotto
NELLA GIORNATA: - Olio di oliva: 50 g	

ENERGIA:	kcal	1900		
PROTEINE:	g	89	=	17% delle calorie totali
LIPIDI:	g	62	=	29% delle calorie totali
GLUCIDI:	g	274	=	54% delle calorie totali
Fibra: 7,78 g				



DIETA LEGGERA RIDOTTA IN FIBRE

1750 kcal

- ✓ La dieta prevede preparazioni non elaborate a base di olio extravergine di oliva a crudo, metodi di cottura semplici (al forno, arrosto, ai ferri, lessatura), alimenti a basso contenuto di fibra.
- ✓ Indicata nelle gastroenteriti, disturbi gastrointestinali, diverticolite, malattie infiammatorie intestinali croniche in fase di remissione (colite ulcerosa, morbo di Crohn), pancreatite, rialimentazione post-intervento nel tratto gastrointestinale, anche associate a diabete.

DISTRIBUZIONE DEGLI ALIMENTI

PASTI	SOSTITUZIONI
COLAZIONE - Tè o caffè d'orzo - zucchero 20 g - fette biscottate 45 g	COLAZIONE PER DIABETICO - Tè o caffè d'orzo senza zucchero - fette biscottate g 45
PRANZO E CENA - pasta o riso asciutti + parmigiano g 7 80 g - carne (pollo o tacchino o vitello) ai ferri, arrosto, lessata 130 g - zucchine o carote lessate 150 g - frutta cotta senza buccia 150 g	<i>oppure</i> 35 g pasta in brodo vegetale + parmigiano g 7 <i>oppure</i> 150 g pesce lessato o al forno <i>oppure</i> 50 g prosciutto cotto (2 volte a settimana) <i>oppure</i> 50 g formaggio stagionato (1 volta a settimana) <i>oppure</i> 50 g formaggio fresco (1 volta a settimana) <i>oppure</i> 200 g purè o patate lesse (PER DIABETICO solo in abbinamento con pasta in brodo) <i>oppure</i> 100 g di mousse di frutta
<u>NELLA GIORNATA</u> - olio extravergine d'oliva g 40	

ENERGIA:	kcal	1760		
PROTEINE:	g	76	=	17% delle calorie totali
LIPIDI:	g	63	=	32% delle calorie totali
GLUCIDI:	g	238	=	51% delle calorie totali
Fibra: 18,53 g				



DIETA IPOIODICA

2000 kcal

- ✓ Dieta normocalorica, a basso contenuto di sodio.
- ✓ Alla preparazione del pasto non è prevista l'aggiunta di sale da cucina.
- ✓ Indicata per pazienti normopeso che necessitano un controllo della pressione arteriosa, anche in associazione a diabete.

DISTRIBUZIONE DEGLI ALIMENTI

PASTI	SOSTITUZIONI
COLAZIONE - Latte o tè o orzo 200 ml - fette biscottate 45 g - zucchero 20 g	COLAZIONE PER DIABETICI - Latte o tè o orzo 200 ml - fette biscottate 45 g
PRANZO - pasta o riso 80 g - carne 130 g - pane senza sale 50 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca o cotta 150 g	<i>oppure 200 g pesce (3 volte a settimana)</i> <i>oppure 90 g verdura cruda</i> <i>oppure 200 g purè o patate (NO PANE PER DIABETICO)</i> <i>oppure 100 g mousse di frutta</i>
CENA - pasta o riso 80 g - carne 130 g - pane senza sale 50 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca o cotta 150 g	<i>oppure 35 g pastina in brodo</i> <i>oppure 100 g prosciutto cotto (2 volte a settimana)</i> <i>100 g formaggio fresco (2 volte a settimana)</i> <i>130 g uova (1 volta a settimana)</i> <i>oppure PER DIABETICO : pane 50 g + patate/purè 200 g (solo in abbinamento con pasta in brodo, minestre, creme)</i> <i>oppure 90 g verdura cruda</i> <i>oppure 100 g mousse di frutta</i>
<u>NELLA GIORNATA:</u> - Olio di oliva: 40 g	

ENERGIA:	kcal	2000		
PROTEINE:	g	95	=	18% delle calorie totali
LIPIDI:	g	63	=	28% delle calorie totali
GLUCIDI:	g	297	=	54% delle calorie totali
Sodio: 592 mg (26 mEq)				



DIETA IPOLIPIDICA

1800 kcal

- ✓ La dieta prevede preparazioni non elaborate con condimenti di origine vegetale e metodi di cottura semplici (al forno, arrosto, ai ferri, lessatura).
- ✓ Indicata nelle dislipidemie, cardiopatie, epatopatie, calcolosi della colecisti, anche associate a diabete.

DISTRIBUZIONE DEGLI ALIMENTI

PASTI	SOSTITUZIONI
COLAZIONE - Latte o tè o orzo 200 ml - zucchero 20 g - fette biscottate g 45	COLAZIONE PER DIABETICO - Latte o tè o orzo 200 ml - fette biscottate g 45
PRANZO - pasta o riso 50 g + parmigiano g 7 - carne 130 g - pane 50 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca o cotta 150 g	<i>oppure 200 g pesce (3-4 volte a settimana)</i> <i>oppure 90 g verdura cruda</i> <i>oppure 200 g purè o patate (NO PANE PER DIABETICO)</i> <i>oppure 100 g mousse di frutta</i>
CENA - pasta o riso 50 g + parmigiano g 7 - carne 130 g - pane 50 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca o cotta 150 g	<i>oppure 50 prosciutto magro crudo o cotto (2 volte a settimana)</i> <i>100 g ricotta/formaggio fresco(2 volte a settimana)</i> <i>oppure 90 g verdura cruda</i> <i>oppure 200 g purè o patate (NO PANE PER DIABETICO)</i> <i>oppure 100 g mousse di frutta</i>
NELLA GIORNATA: - Olio di oliva extravergine: 40 g	

ENERGIA:	kcal	1800		
PROTEINE:	g	88	=	20% delle calorie totali
LIPIDI:	g	57	=	28% delle calorie totali
GLUCIDI:	g	249	=	52% delle calorie totali
Colesterolo: 151 mg				



DIETA IPOLIPIDICA E IPOSODICA

1800 kcal

- ✓ La dieta prevede preparazioni non elaborate con condimenti di origine vegetale, metodi di cottura semplici (al forno, arrosto, ai ferri, lessatura) e senza aggiunta di sale da cucina.
- ✓ Indicata nelle dislipidemie, cardiopatie, epatopatie, calcolosi della colecisti, anche associate a diabete.

DISTRIBUZIONE DEGLI ALIMENTI

PASTI	SOSTITUZIONI
COLAZIONE - Latte o tè o orzo 200 ml - zucchero 20 g - fette biscottate g 45	COLAZIONE PER DIABETICO - Latte o tè o orzo 200 ml senza zucchero - fette biscottate g 45
PRANZO - pasta o riso 50 g - carne 130 g - pane senza sale 50 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca o cotta 150 g	<i>oppure 200 g pesce (3-4 volte a settimana)</i> <i>oppure 90 g verdura cruda</i> <i>oppure 200 g purè o patate (NO PANE PER DIABETICO)</i> <i>oppure 100 g mousse di frutta</i>
CENA - pasta o riso 50 g - carne 130 g - pane senza sale 50 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca o cotta 150 g	<i>oppure 50 prosciutto magro crudo o cotto (2 volte a settimana)</i> <i>100 g ricotta/formaggio fresco(2 volte a settimana)</i> <i>oppure 90 g verdura cruda</i> <i>oppure 200 g purè o patate (NO PANE PER DIABETICO)</i> <i>oppure 100 g mousse di frutta</i>
NELLA GIORNATA: - Olio di oliva extravergine: 45 g	

ENERGIA:	kcal	1800		
PROTEINE:	g	83	=	19% delle calorie totali
LIPIDI:	g	58	=	29% delle calorie totali
GLUCIDI:	g	249	=	52% delle calorie totali
Colesterolo: 138 mg	Sodio: 354 mg (15 mEq)			



DIETA PER DIABETE

1200 kcal

✓ Dieta ipocalorica indicata per pazienti con diabete e/o obesità

DISTRIBUZIONE DEGLI ALIMENTI

PASTI	SOSTITUZIONI
COLAZIONE - Latte <u>senza zucchero</u> 150 ml - fette biscottate 30 g	<i>oppure</i> tè o orzo senza zucchero
PRANZO - pasta o riso 50 g + parmigiano g 7 - carne 100 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca o cotta 150 g	<i>oppure</i> 120 g pesce (3 volte a settimana) <i>oppure</i> 90 g verdura cruda <i>oppure</i> 100 g mousse di frutta
CENA - pasta o riso 50 g + parmigiano g 7 - carne 100 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca o cotta 150 g	<i>oppure</i> 120 g pesce <i>oppure</i> 100 g formaggi freschi (1 volta a settimana) <i>oppure</i> 50 g formaggio stagionato (1 volta a settimana) <i>oppure</i> 50 g prosciutto cotto (1 volta a settimana) <i>oppure</i> 40 g prosciutto crudo (1 volta a settimana) <i>oppure</i> 90 g verdura cruda <i>oppure</i> 100 g mousse di frutta
NELLA GIORNATA Olio di oliva extravergine d'oliva 20 g	

ENERGIA:	kcal	1200		
PROTEINE:	g	67	=	22% delle calorie totali
LIPIDI:	g	40	=	31% delle calorie totali
GLUCIDI:	g	150	=	47% delle calorie totali



DIETA PER DIABETE

1400 kcal

✓ Dieta moderatamente ipocalorica Indicata per pazienti con diabete e/o sovrappeso/obesità

DISTRIBUZIONE DEGLI ALIMENTI

PASTI	SOSTITUZIONI
COLAZIONE - Latte <u>senza zucchero</u> 150 ml - fette biscottate 30 g	<i>oppure</i> tè o orzo senza zucchero
PRANZO - pasta o riso 35 g + parmigiano g 7 - carne magra 130 g - pane 50 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca o cotta 150 g	<i>oppure</i> 150 g pesce <i>oppure</i> 200 g purè o patate <i>oppure</i> 90 g verdura cruda <i>oppure</i> 100 g mousse di frutta
CENA - pasta o riso 35 g + parmigiano g 7 - carne magra 130 g - pane 50 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca o cotta 150 g	<i>oppure</i> 150 g pesce <i>oppure</i> 100 g formaggi freschi (1 volta a settimana) <i>oppure</i> 50 g formaggio stagionato (1 volta a settimana) <i>oppure</i> 50 g prosciutto cotto, praga (1 volta a settimana) <i>oppure</i> 40 g prosciutto crudo, coppa, speck (1 volta a settimana) <i>oppure</i> n. 2 uova (1 volta a settimana) <i>oppure</i> 200 g purè o patate <i>oppure</i> 90 g verdura cruda <i>oppure</i> 100 g mousse di frutta
NELLA GIORNATA - olio extravergine oliva 25 g	

ENERGIA:	kcal	1400		
PROTEINE:	g	80	=	22% delle calorie totali
LIPIDI:	g	46	=	29% delle calorie totali
GLUCIDI:	g	189	=	49% delle calorie totali

**DIETA PER DIABETE****1800 kcal**

✓ Dieta normocalorica indicata per pazienti normopeso con diabete

DISTRIBUZIONE DEGLI ALIMENTI

PASTI	SOSTITUZIONI
COLAZIONE - Latte senza zucchero 200 ml - fette biscottate 45 g	<i>oppure</i> tè o orzo senza zucchero
PRANZO - pasta o riso 50 g + parmigiano g 7 - carne magra 130 g - pane 50 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca o cotta 150 g	<i>oppure</i> 150 g pesce <i>oppure</i> 200 g purè o patate <i>oppure</i> 90 g verdura cruda <i>oppure</i> 100 g mousse di frutta
CENA - pasta o riso 50 g + parmigiano g 7 - carne magra 130 g - pane 50 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca o cotta 150 g	<i>oppure</i> 150 g pesce <i>oppure</i> 100 g formaggi freschi (1 volta a settimana) <i>oppure</i> 50 g formaggio stagionato (1 volta a settimana) <i>oppure</i> 50 g prosciutto cotto, praga (1 volta a settimana) <i>oppure</i> 40 g prosciutto crudo, coppa, speck (1 volta a settimana) <i>oppure</i> n. 2 uova (1 volta a settimana) <i>oppure</i> 200 g purè o patate <i>oppure</i> 90 g verdura cruda <i>oppure</i> 100 g mousse di frutta
NELLA GIORNATA - olio extravergine oliva 40 g	

ENERGIA:	kcal	1800		
PROTEINE:	g	86	=	19% delle calorie totali
LIPIDI:	g	63	=	32% delle calorie totali
GLUCIDI:	g	228	=	49% delle calorie totali

**DIETE PRIVE DI GLUTINE:****DIETA CELIACHIA****1600 kcal**

- ✓ Dieta equilibrata moderatamente ipocalorica priva di glutine, sostanza proteica presente in alcuni cereali quali grano, orzo, farro, segale, avena, kamut, triticale, spelta.
- ✓ Indicata per pazienti sovrappeso/obesi con celiachia, dermatite erpetiforme, allergia al grano, anche in associazione a diabete.
- ✓ La dieta prevede l'utilizzo di prodotti senza glutine (fette biscottate, pane, pasta).
- ✓ La preparazione della dieta avviene separatamente in una zona dedicata per evitare contaminazioni con altri alimenti contenenti glutine.
- ✓ Il vassoio dovrà essere consegnato direttamente al paziente senza ***alcuna manipolazione***.

DISTRIBUZIONE DEGLI ALIMENTI

PASTI	SOSTITUZIONI
COLAZIONE - Latte 150 ml oppure tè (NON UTILIZZARE l'erogatore automatico di bevande) - zucchero 10 g - fette biscottate senza glutine 40 g	COLAZIONE PER DIABETICO - Latte senza zucchero 150 ml oppure tè senza zucchero (NON UTILIZZARE l'erogatore automatico di bevande) - fette biscottate senza glutine 40 g
PRANZO - pasta senza glutine o riso 50 g + parmigiano g 7 - carne 130 g - pane senza glutine 50 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca o cotta 150 g	<i>oppure 150 g pesce (3 volte a settimana)</i> <i>oppure 90 g verdura cruda</i> <i>oppure 200 g patate o purè (NO PANE PER DIABETICO)</i> <i>oppure 100 g mousse di frutta</i>
CENA - pasta senza glutine o riso 50 g + parmigiano g 7 - carne 130 g - pane senza glutine 50 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca o cotta 150 g	<i>oppure 50 g prosciutto cotto senza glutine</i> 100 g formaggio fresco 80 g formaggio stagionato 130 g uova <i>oppure 90 g verdura cruda</i> <i>oppure 200 g patate o purè (NO PANE PER DIABETICO)</i> <i>oppure 100 g mousse di frutta</i>
NELLA GIORNATA: - Olio di oliva: 30 g	

ENERGIA:	kcal	1600		
PROTEINE:	g	74	=	18% delle calorie totali
LIPIDI:	g	60	=	34% delle calorie totali
GLUCIDI:	g	205	=	48% delle calorie totali

**DIETA CELIACHIA****2000 kcal**

- ✓ Dieta equilibrata normocalorica priva di glutine, sostanza proteica presente in alcuni cereali quali grano, orzo, farro, segale, avena, kamut, triticale, spelta.
- ✓ Indicata per pazienti con celiachia, dermatite erpetiforme, allergia al grano, anche in associazione a diabete.
- ✓ La dieta prevede l'utilizzo di prodotti senza glutine (fette biscottate, pane, pasta).
- ✓ La preparazione della dieta avviene separatamente in una zona dedicata per evitare contaminazioni con altri alimenti contenenti glutine.
- ✓ Il vassoio dovrà essere consegnato direttamente al paziente senza ***alcuna manipolazione***.

DISTRIBUZIONE DEGLI ALIMENTI

PASTI	SOSTITUZIONI
COLAZIONE - Latte 200 ml oppure tè (NON UTILIZZARE l'erogatore automatico di bevande) - fette biscottate senza glutine 50 g - zucchero 20 g	COLAZIONE PER DIABETICO - Latte <u>senza zucchero</u> 200 ml oppure tè <u>senza zucchero</u> (NON UTILIZZARE l'erogatore automatico di bevande) - fette biscottate senza glutine 50 g
PRANZO - pasta senza glutine o riso 80 g + parmigiano g 7 - carne 130 g - pane senza glutine 50 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca o cotta 150 g	 <i>oppure 150 g pesce (3 volte a settimana)</i> <i>oppure 90 g verdura cruda</i> <i>oppure 200 g patate o purè (NO PANE PER DIABETICO)</i> <i>oppure 100 g mousse di frutta</i>
CENA - pasta senza glutine o riso 80 g + parmigiano g 7 - carne 130 g - pane senza glutine 50 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca o cotta 150 g	 <i>oppure 40 g pastina senza glutine in brodo</i> <i>oppure 100 g prosciutto cotto senza glutine</i> <i>100 g formaggio fresco</i> <i>80 g formaggio stagionato</i> <i>130 g uova</i> <i>oppure PER DIABETICO : pane 50 g + patate/purè 200 g</i> <i>(solo in abbinamento con pasta in brodo, minestre, creme)</i> <i>oppure 90 g verdura cruda</i> <i>oppure 100 g mousse di frutta</i>
NELLA GIORNATA: Olio di oliva: 40 g	

ENERGIA:	kcal	2000		
PROTEINE:	g	82	=	16% delle calorie totali
LIPIDI:	g	75	=	34% delle calorie totali
GLUCIDI:	g	272	=	50% delle calorie totali

**DIETA CELIACHIA E INTOLLERANZA AL LATTOSIO****1600 kcal**

- ✓ Dieta equilibrata moderatamente ipocalorica priva di lattosio e glutine, sostanza proteica presente in alcuni cereali quali grano, orzo, farro, segale, avena, kamut, triticale, spelta.
- ✓ Indicata per pazienti sovrappeso/obesi con intolleranza al lattosio e celiachia, dermatite erpetiforme, allergia al grano, anche in associazione a diabete.
- ✓ La dieta prevede l'utilizzo di prodotti senza glutine e privi di lattosio (fette biscottate, pane, pasta).
- ✓ La preparazione della dieta avviene separatamente in una zona dedicata per evitare contaminazioni con altri alimenti contenenti glutine e lattosio.
- ✓ Il vassoio dovrà essere consegnato direttamente al paziente senza **alcuna manipolazione**.

DISTRIBUZIONE DEGLI ALIMENTI

PASTI	SOSTITUZIONI
COLAZIONE - Tè (NON UTILIZZARE l'erogatore automatico di bevande) - zucchero 20 g - fette biscottate senza glutine e lattosio 50 g	COLAZIONE PER DIABETICO - Tè senza zucchero (NON UTILIZZARE l'erogatore automatico di bevande) - fette biscottate senza glutine e lattosio 50 g
PRANZO - pasta senza glutine o riso 50 g - carne 130 g - pane senza glutine e lattosio 50 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca o cotta 150 g	<i>oppure 150 g pesce (3 volte a settimana)</i> <i>oppure 90 g verdura cruda</i> <i>oppure 200 g patate (NO PANE PER DIABETICO)</i> <i>oppure 100 g mousse di frutta</i>
CENA - pasta senza glutine o riso 50 g - carne 130 g - pane senza glutine e lattosio 50 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca o cotta 150 g	<i>oppure 50 g prosciutto cotto senza glutine e lattosio</i> <i>130 g uova</i> <i>oppure 90 g verdura cruda</i> <i>oppure 200 g patate (NO PANE PER DIABETICO)</i> <i>oppure 100 g mousse di frutta</i>
NELLA GIORNATA: - Olio di oliva: 35 g	

ENERGIA:	kcal	1600		
PROTEINE:	g	65	=	17% delle calorie totali
LIPIDI:	g	56	=	32% delle calorie totali
GLUCIDI:	g	215	=	51% delle calorie totali



DIETA CELIACHIA E INTOLLERANZA AL LATTOSIO

2000 kcal

- ✓ Dieta equilibrata normocalorica priva di lattosio e glutine, sostanza proteica presente in alcuni cereali quali grano, orzo, farro, segale, avena, kamut, triticale, spelta.
- ✓ Indicata per pazienti con intolleranza al lattosio e celiachia, dermatite erpetiforme, allergia al grano, anche in associazione a diabete.
- ✓ La dieta prevede l'utilizzo di prodotti senza glutine e privi di lattosio (fette biscottate, pane, pasta).
- ✓ La preparazione della dieta avviene separatamente in una zona dedicata per evitare contaminazioni con altri alimenti contenenti glutine e lattosio.
- ✓ Il vassoio dovrà essere consegnato direttamente al paziente senza **alcuna manipolazione**.

DISTRIBUZIONE DEGLI ALIMENTI

PASTI	SOSTITUZIONI
COLAZIONE - Tè + zucchero 20 g (NON UTILIZZARE l'erogatore automatico di bevande) - fette biscottate senza glutine e lattosio 50 g	COLAZIONE PER DIABETICO - Tè senza zucchero (NON UTILIZZARE l'erogatore automatico di bevande) - fette biscottate senza glutine e lattosio 50 g
PRANZO - pasta senza glutine o riso 80 g - carne 130 g - pane senza glutine e lattosio 50 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca o cotta 150 g	 <i>oppure 200 g pesce (3 volte a settimana)</i> <i>oppure 90 g verdura cruda</i> <i>oppure 200 g patate (NO PANE PER DIABETICO)</i> <i>oppure 100 g mousse di frutta</i>
CENA - pasta senza glutine o riso 80 g - carne 130 g - pane senza glutine e lattosio 50 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca o cotta 150 g	 <i>oppure 40 g pastina senza glutine in brodo</i> <i>oppure 100 g prosciutto cotto senza glutine e lattosio</i> <i>130 g uova</i> <i>oppure PER DIABETICO : pane 50 g + patate 200 g</i> <i>(solo in abbinamento con pasta in brodo, minestre, creme)</i> <i>oppure 90 g verdura cruda</i> <i>oppure 100 g mousse di frutta</i>
NELLA GIORNATA: - Olio di oliva: 50 g	

ENERGIA:	kcal	2000		
PROTEINE:	g	71	=	15% delle calorie totali
LIPIDI:	g	75	=	35% delle calorie totali
GLUCIDI:	g	261	=	50% delle calorie totali

**DIETA CELIACHIA, INTOLLERANZA LATTOSIO E ALLERGIA ALL' UOVO****2000 kcal**

- ✓ Dieta equilibrata normocalorica priva di lattosio, uovo e glutine, sostanza proteica presente in alcuni cereali quali grano, orzo, farro, segale, avena, kamut, triticale, spelta.
- ✓ Indicata per pazienti con intolleranza al lattosio, allergia all'uovo e celiachia, dermatite erpetiforme, allergia al grano, anche in associazione a diabete.
- ✓ La dieta prevede l'utilizzo di prodotti senza glutine e privi di lattosio e uovo (fette biscottate, pane, pasta).
- ✓ La preparazione della dieta avviene separatamente in una zona dedicata per evitare contaminazioni con altri alimenti contenenti glutine, lattosio e uovo.
- ✓ Il vassoio dovrà essere consegnato direttamente al paziente senza **alcuna manipolazione**.

DISTRIBUZIONE DEGLI ALIMENTI

PASTI	SOSTITUZIONI
COLAZIONE - Tè + zucchero 20 g (NON UTILIZZARE l'erogatore automatico di bevande) - fette biscottate senza glutine, lattosio e uovo 50 g	COLAZIONE PER DIABETICO - Tè senza zucchero (NON UTILIZZARE l'erogatore automatico di bevande) - fette biscottate senza glutine, lattosio e uovo 50 g
PRANZO - pasta senza glutine/uovo o riso 80 g - carne 130 g - pane senza glutine/lattosio/uovo 50 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca di stagione 150 g	<i>oppure</i> 200 g pesce (3 volte a settimana) <i>oppure</i> 90 g verdura cruda <i>oppure</i> 200 g patate/purè (NO pane per diabetico)
CENA - pasta senza glutine/uovo o riso 80 g - carne 130 g - pane senza glutine/lattosio/uovo 50 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca di stagione 150 g	<i>oppure</i> 40 g pastina senza glutine in brodo <i>oppure</i> 100 g prosciutto cotto senza glutine e lattosio <i>oppure</i> 90 g verdura cruda <i>oppure</i> 200 g purè (NO pane per diabetico)
NELLA GIORNATA: - Olio di oliva: 50 g	

ENERGIA:	kcal	2000		
PROTEINE:	g	71	=	15% delle calorie totali
LIPIDI:	g	75	=	35% delle calorie totali
GLUCIDI:	g	261	=	50% delle calorie totali



DIETA PER ALLERGIA AL NICHEL

2000 kcal

La dieta per allergia al nichel corrisponde alle quantità della dieta comune.

- ✓ Nella **preparazione, manipolazione, cottura degli alimenti e trasporto del pasto utilizzare contenitori ed utensili solo di VETRO O LEGNO O PLASTICA O CERAMICA**
- ✓ **NON UTILIZZARE CIBI IN SCATOLA**
- ✓ Il vassoio dovrà essere consegnato direttamente al paziente senza alcuna manipolazione

ALIMENTI PERMESSI

COLAZIONE

- Latte o orzo
- Zucchero (NO ZUCCHERO PER DIABETICO)
- Fette biscottate o biscotti

PRANZO E CENA

- Pasta o riso all'olio o pasta in brodo di carne
- Pane o grissini
- Carne o pesce o formaggi e affettati e salumi tagliati con coltelli di ceramica
- Verdura cruda o cotta (NO asparagi, spinaci, lattuga, cavoli, cavolini, pomodori crudi, funghi, porro, carote, legumi)
- Frutta fresca di stagione (NO fichi, ananas, prugne, lamponi, pere, kiwi)

ENERGIA:	kcal	2000		
PROTEINE:	g	96	=	20% delle calorie totali
LIPIDI:	g	67	=	30% delle calorie totali
GLUCIDI:	g	265	=	50% delle calorie totali



DIETA PER ALLERGIA PLV (PROTEINE DEL LATTE VACCINO) E LATTOSIO

1800 kcal

- ✓ Dieta normocalorica con quantità corrispondenti a quelle della dieta comune
- ✓ La dieta è a base di alimenti privi di lattosio e proteine del latte

DISTRIBUZIONE DEGLI ALIMENTI

PASTI	SOSTITUZIONI
COLAZIONE - Tè o orzo - zucchero 20 g - fette biscottate speciali (no latte e lattosio) 45 g - marmellata 25 g	COLAZIONE PER DIABETICO - Tè o orzo senza zucchero - fette biscottate speciali 45 g (no latte e lattosio)
PRANZO - pasta o riso asciutti 80 g - carne 130 g - pane 50 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca o cotta 150 g	<i>oppure 200 g pesce (4 volte a settimana)</i> <i>oppure 90 g verdura cruda</i> <i>oppure 100 g mousse di frutta</i>
CENA - pasta o riso in brodo/minestre 35 g - carne 130 g - pane 50 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca o cotta 150 g	<i>oppure 80-100 g affettati e salumi (2 volte a settimana)</i> <i>130 g uova (1 volta a settimana)</i> <i>oppure 90 g verdura cruda</i> <i>oppure 100 g mousse di frutta</i>
NELLA GIORNATA: - Olio di oliva: 40 g	

ENERGIA:	kcal	1800		
PROTEINE:	g	88	=	20% delle calorie totali
LIPIDI:	g	54	=	27% delle calorie totali
GLUCIDI:	g	255	=	53% delle calorie totali



DIETA PER ALLERGIA ALL' UOVO

2000 kcal

La dieta per allergia all'uovo corrisponde alle quantità della dieta comune.

- ✓ Nella preparazione degli alimenti non sono utilizzati uovo e derivati, prodotti contenenti lisozima (grana).
- ✓ Il vassoio dovrà essere consegnato direttamente al paziente senza alcuna manipolazione.

DISTRIBUZIONE DEGLI ALIMENTI

PASTI	SOSTITUZIONI
COLAZIONE - Latte o orzo o tè 200 ml - zucchero 20 g - fette biscottate speciali senza uova 45 g - marmellata 25 g	COLAZIONE PER DIABETICO - Latte o orzo o tè senza zucchero 200 ml - fette biscottate speciali senza uova 45 g
PRANZO - pasta o riso asciutti 80 g - carne 130 g - pane 50 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca o cotta 150 g	 <i>oppure 200 g pesce (4 volte a settimana)</i> <i>oppure 90 g verdura cruda</i> <i>oppure 100 g mousse di frutta</i>
CENA - pasta o riso in brodo/minestre 35 g - carne 130 g - pane 50 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca o cotta 150 g	 <i>oppure 80-100 g affettati e salumi (2 volte a settimana)</i> <i>100 g formaggio fresco (1 volta a settimana)</i> <i>80 g formaggio stagionato (1 volta a settimana)</i> <i>oppure 90 g verdura cruda</i> <i>oppure 100 g mousse di frutta</i>
NELLA GIORNATA: - Olio di oliva: 40 g	

ENERGIA:	kcal	2000		
PROTEINE:	g	96	=	20% delle calorie totali
LIPIDI:	g	67	=	30% delle calorie totali
GLUCIDI:	g	265	=	50% delle calorie totali



DIETA PER ALLERGIA PLV (PROTEINE DEL LATTE VACCINO), LATTOSIO E UOVO 1800 kcal

- ✓ Dieta normocalorica con quantità corrispondenti a quelle della dieta comune.
- ✓ La dieta è a base di alimenti privi di lattosio e proteine del latte, uovo e derivati, prodotti contenenti lisozima.

DISTRIBUZIONE DEGLI ALIMENTI

PASTI	SOSTITUZIONI
COLAZIONE - Tè o orzo - zucchero 20 g - fette biscottate speciali (no latte, lattosio e uova) 45 g - marmellata 25 g	COLAZIONE PER DIABETICO - Tè o orzo senza zucchero - fette biscottate speciali 45 g (no latte, lattosio e uova)
PRANZO - pasta o riso asciutti 80 g - carne 130 g - pane 50 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca o cotta 150 g	<i>oppure 200 g pesce (4 volte a settimana)</i> <i>oppure 90 g verdura cruda</i> <i>oppure 100 g mousse di frutta</i>
CENA - pasta o riso in brodo/minestre 35 g - carne 130 g - pane 50 g - verdura cotta 150 g - frutta fresca o cotta 150 g	<i>oppure 80-100 g affettati e salumi (2 volte a settimana)</i> <i>oppure 90 g verdura cruda</i> <i>oppure 100 g mousse di frutta</i>
NELLA GIORNATA: - Olio di oliva: 40 g	

ENERGIA:	kcal	1800		
PROTEINE:	g	88	=	20% delle calorie totali
LIPIDI:	g	54	=	27% delle calorie totali
GLUCIDI:	g	255	=	53% delle calorie totali



DIETA PER FAVISMO

2000 kcal

- ✓ Dieta normocalorica le cui quantità corrispondono a quelle della dieta comune.
- ✓ Indicata per pazienti affetti da favismo o da allergie/intolleranze ai legumi in genere.
- ✓ Tutte le preparazioni sono prive di fave, piselli e legumi.
- ✓ Il vassoio dovrà essere consegnato direttamente al paziente senza alcuna manipolazione

ENERGIA:	kcal	2000			
PROTEINE:	g	96	=	20%	delle calorie totali
LIPIDI:	g	67	=	30%	delle calorie totali
GLUCIDI:	g	265	=	50%	delle calorie totali



DIETA PER ALLERGIA FRUTTA SECCA OLEOSA

2000 kcal

- ✓ Dieta normocalorica le cui quantità corrispondono a quelle della dieta comune.
- ✓ Tutte le preparazioni sono prive di frutta secca oleosa, semi e derivati (noci, nocciole, mandorle, arachidi, pinoli, pistacchi, castagne, macadamia, pecan, olio di semi di girasole, olio di semi di arachidi, olio di semi vari, olio di mais, olio di semi di soia, pesto, ecc.)
- ✓ Per la colazione utilizzare fette biscottate o biscotti che sulla confezione **NON** riportino le seguenti diciture: “prodotto in stabilimenti in cui si utilizzano noci o nocciole o frutta secca o soia”, “può contenere tracce di noci o nocciole o frutta secca o soia”
- ✓ Il vassoio dovrà essere consegnato direttamente al paziente senza alcuna manipolazione

ENERGIA:	kcal	2000			
PROTEINE:	g	96	=	20%	delle calorie totali
LIPIDI:	g	67	=	30%	delle calorie totali
GLUCIDI:	g	265	=	50%	delle calorie totali



DIETE PER INSUFFICIENZA RENALE
DIETA IPOPROTEICA CON PRODOTTI APROTEICI
1800 kcal (45 g proteine)

- ✓ Dieta con alimenti aproteici a basso contenuto di sodio, ipopotassica e ipofosforica.
- ✓ Alla preparazione del pasto non è prevista l'aggiunta di sale da cucina.
- ✓ Indicata per pazienti con insufficienza renale cronica, anche in associazione a diabete.

DISTRIBUZIONE DEGLI ALIMENTI

PASTI	SOSTITUZIONI
COLAZIONE - Tè o orzo - zucchero 10 g - fette biscottate aproteiche 50 g - marmellata 25 g	COLAZIONE PER DIABETICO - Tè o orzo <u>senza zucchero</u> - fette biscottate aproteiche 50 g
PRANZO - pasta aproteica 100 g - carne 100 g - verdura cruda 50 g - olio di oliva extravergine 25 g - frutta fresca o cotta 150 g	<i>oppure</i> 120 g pesce <i>oppure</i> 100 g verdura cotta <i>da distribuire tra le varie portate</i> <i>oppure</i> 100 g mousse di frutta
CENA - pasta aproteica 100 g - carne 100 g - verdura cotta 100 g - olio di oliva extravergine 25 g - frutta fresca o cotta 150 g	<i>oppure 1 volta a settimana:</i> 50 g prosciutto cotto <i>1 volta a settimana:</i> 100 g ricotta 120 g pesce <i>oppure</i> verdura cruda 50 g <i>da distribuire tra le varie portate</i> <i>oppure</i> 100 g mousse di frutta

ENERGIA:	kcal	1800		
PROTEINE:	g	46	=	11% delle calorie totali
LIPIDI:	g	62	=	33% delle calorie totali
GLUCIDI:	g	260	=	56% delle calorie totali
Sodio: 241 mg (11 mEq)	Potassio:	1716 mg (44mEq)		Fosforo: 639 mg



DIETA IPOPROTEICA NATURALE

1800 kcal (55 g proteine)

- ✓ Dieta con alimenti naturali a basso contenuto di sodio, ipopotassica e ipofosforica.
- ✓ Alla preparazione del pasto non è prevista l'aggiunta di sale da cucina.
- ✓ Indicata per pazienti con insufficienza renale cronica, anche in associazione a diabete.

PASTI	SOSTITUZIONI
COLAZIONE - Tè o orzo - zucchero 20 g - fette biscottate 45 g - marmellata 25 g	COLAZIONE PER DIABETICO - Tè o orzo <u>senza zucchero</u> - fette biscottate 45 g
PRANZO - pasta o riso 50 g - carne 70 g - pane senza sale 50 g - verdura cruda 50 g - frutta fresca o cotta 150 g	<i>oppure</i> 80 g pesce <i>oppure</i> 100 g verdura cotta <i>oppure</i> purè o patate g 200 (NO PANE PER DIABETICO) <i>oppure</i> 100 g mousse di frutta
CENA - pasta o riso 50 g - carne 70 g - pane senza sale 50 g - verdura cotta 100 g - frutta fresca o cotta 150 g	<i>oppure 1 volta a settimana:</i> 50 g prosciutto cotto <i>1 volta a settimana:</i> 50 g formaggio fresco 80 g pesce <i>oppure</i> verdura cruda 50 g <i>oppure</i> purè o patate g 200 (NO PANE PER DIABETICO) <i>oppure</i> 100 g mousse di frutta
NELLA GIORNATA - olio extravergine d'oliva 60 g	

ENERGIA:	kcal	1784		
PROTEINE:	g	56	=	12% delle calorie totali
LIPIDI:	g	69	=	35% delle calorie totali
GLUCIDI:	g	250	=	53% delle calorie totali
Sodio: 232 mg (10 mEq)	Potassio: 1906 mg (49mEq)			Fosforo: 713 mg



DIETA IPOPROTEICA PER CELIACHIA E INTOLLERANZA AL LATTOSIO

1800 kcal (50 g proteine)

- ✓ Dieta priva di lattosio e glutine, sostanza proteica presente in alcuni cereali quali grano, orzo, farro, segale, avena, kamut, triticale, spelta, a basso contenuto di sodio, ipopotassica e ipofosforica.
- ✓ Indicata per pazienti con insufficienza renale cronica in associazione a celiachia, intolleranza al lattosio, dermatite erpetiforme, allergia al grano, anche in associazione a diabete.
- ✓ La dieta prevede l'utilizzo di prodotti senza glutine e privi di lattosio (fette biscottate, pane, pasta).
- ✓ La preparazione della dieta avviene separatamente in una zona dedicata per evitare contaminazioni con altri alimenti contenenti glutine e lattosio.
- ✓ Alla preparazione del pasto non è prevista l'aggiunta di sale da cucina
- ✓ Il vassoio dovrà essere consegnato direttamente al paziente senza **alcuna manipolazione**.

PASTI	SOSTITUZIONI
COLAZIONE - Tè + zucchero 20 g (NON UTILIZZARE l'erogatore automatico di bevande) - fette biscottate senza glutine e lattosio 50 g	COLAZIONE PER DIABETICO - Tè senza zucchero (NON UTILIZZARE l'erogatore automatico di bevande) - fette biscottate senza glutine e lattosio 50 g
PRANZO - pasta senza glutine o riso 80 g - carne 70 g - pane senza glutine e lattosio 50 g - verdura cruda 50 g - frutta fresca di stagione 150 g	<i>oppure</i> 80 g pesce <i>oppure</i> 1 volta a settimana: n. 2 uova <i>oppure</i> 100 g verdura cotta <i>oppure</i> patate/purè g 200 (NO PANE PER DIABETICO)
CENA - pasta senza glutine o riso 80 g - carne 70 g - pane senza glutine e lattosio 50 g - verdura cotta 100 g - frutta fresca di stagione 150 g	<i>oppure</i> 80 g pesce <i>oppure</i> 1-2 volte a settimana: 50 g prosciutto cotto senza glutine e lattosio <i>oppure</i> 50 g verdura cruda <i>oppure</i> purè g 200 (NO PANE PER DIABETICO)
NELLA GIORNATA - olio extravergine d'oliva 50 g	

ENERGIA:	kcal	1816		
PROTEINE:	g	51	=	12% delle calorie totali
LIPIDI:	g	62	=	32% delle calorie totali
GLUCIDI:	g	260	=	56% delle calorie totali
Sodio: 1000 mg (43 mEq)	Potassio: 1478 mg (38mEq)			Fosforo: 408 mg

DIETA PER DIALISI



1800 kcal (75 g proteine)

- ✓ Dieta a contenuto controllato in proteine, a basso contenuto di sodio, ipopotassica e ipofosforica.
- ✓ Alla preparazione del pasto non è prevista l'aggiunta di sale da cucina.
- ✓ Indicata per pazienti in dialisi anche in associazione a diabete.

DISTRIBUZIONE DEGLI ALIMENTI

PASTI	SOSTITUZIONI
COLAZIONE - Tè o orzo - zucchero 20 g - fette biscottate 45 g - marmellata 25 g	COLAZIONE PER DIABETICO - Tè o orzo <u>senza zucchero</u> - fette biscottate 45 g
PRANZO - pasta o riso 50 g - carne 120 g - pane senza sale 50 g - verdura cruda 50 g - frutta fresca o cotta 150 g	<i>oppure</i> 150 g pesce <i>oppure</i> 100 g verdura cotta <i>oppure</i> purè o patate g 200 (NO PANE PER DIABETICO) <i>oppure</i> 100 g mousse di frutta
CENA - pasta o riso 50 g - carne 120 g - pane senza sale 50 g - verdura cotta 100 g - frutta fresca o cotta 150 g	<i>oppure 1 volta a settimana:</i> 50 g prosciutto cotto <i>1 volta a settimana:</i> 100 g formaggio fresco 150 g pesce <i>oppure</i> verdura cruda 50 g <i>oppure</i> purè o patate g 200 (NO PANE PER DIABETICO) <i>oppure</i> 100 g mousse di frutta
NELLA GIORNATA - olio extravergine d'oliva 50 g	

ENERGIA:	kcal	1800			
PROTEINE:	g	76	=	17%	delle calorie totali
LIPIDI:	g	61	=	31%	delle calorie totali
GLUCIDI:	g	251	=	52%	delle calorie totali
Sodio: 287 mg (13 mEq)	Potassio: 2223 mg (57mEq)				Fosforo: 921 mg

DIETE A CONSISTENZA MODIFICATA:



SEMILIQUIDA

1700 kcal

- ✓ Indicata per pazienti disfagici, con patologie ostruttive del tratto esofageo, nel post-intervento di pazienti operati in ambito maxillo-facciale, dopo scleroterapia di varici esofagee, laserterapia o legatura di varici esofagee, o nella fase di riabilitazione dopo nutrizione enterale, anche in associazione a diabete.

DISTRIBUZIONE DEGLI ALIMENTI

PASTI	SOSTITUZIONI
COLAZIONE - Latte o tè o orzo 200 ml - zucchero 20 g - biscotto granulare o prima infanzia 30 g	COLAZIONE PER DIABETICO - Latte o tè o orzo 200 ml senza zucchero - biscotto granulare o prima infanzia 30 g
PRANZO E CENA - semolino 40 g + parmigiano g 7 + olio extravergine d'oliva g 10 + brodo di carne o vegetale cc 200 - omogeneizzato di carne o pesce 160 g + parmigiano g 7 + olio extravergine d'oliva g 10 + verdura g 100 + purè di patate g 100 + brodo di carne o vegetale cc 200 - omogeneizzato di frutta 80 g	 <i>oppure</i> 40 g crema di riso o crema di mais e tapioca o multicereali <i>oppure a cena:</i> 80 g omogeneizzato di carne o pesce <i>oppure a cena:</i> 160 g omogeneizzato di frutta <i>oppure</i> mousse di frutta 100 g
SPUNTINO METÀ POMERIGGIO - omogeneizzato di frutta 80 g	 <i>oppure</i> mousse di frutta 100 g

NOTE

- ✓ Tutte le portate hanno una consistenza semiliquida per cui non richiede masticazione.
- ✓ La dieta semiliquida può essere modificata di consistenza secondo le indicazioni del terapeuta a seguito della prova di deglutizione. Se necessario per ottenere una "densità ottimale" si può aggiungere una polvere addensante istantanea.

ENERGIA:	kcal	1700		
PROTEINE:	g	54	=	13% delle calorie totali
LIPIDI:	g	70	=	37% delle calorie totali
GLUCIDI:	g	228	=	50% delle calorie totali

DIETA FRULLATA DEL GIORNO / SEMISOLIDA



1750 kcal

- ✓ Dieta frullata corrispondente al menù giornaliero ospedaliero.
- ✓ Indicata per pazienti disfagici, con patologie ostruttive del tratto esofageo, nel post-intervento di pazienti operati in ambito maxillo-facciale, dopo scleroterapia di varici esofagee, laserterapia o legatura di varici esofagee, o nella fase di riabilitazione dopo nutrizione enterale, anche in associazione a diabete.

DISTRIBUZIONE DEGLI ALIMENTI

PASTI	SOSTITUZIONI
COLAZIONE - Latte senza zucchero ml 150 - biscotto granulare o prima infanzia 30 g	<i>oppure</i> orzo o tè senza zucchero <i>oppure</i> fette biscottate g 45 SCIOLTE E OMOGENEIZZATE NELLA BEVANDA
PRANZO E CENA - pasta o riso asciutti FRULLATI 50 g - carne FRULLATA 120 g - verdura cotta FRULLATA 150 g - mousse di frutta 100 g	<i>oppure</i> - crema di verdure <i>oppure</i> - 150 g di pesce FRULLATO - 70 g prosciutto cotto FRULLATO - 130 g frittata FRULLATA - 100 g ricotta (*) - N. 2 formaggini (*) - 70 g robiola fresca (*) <i>oppure</i> - 150 g purè <i>oppure</i> - 80 g omogeneizzato di frutta
SPUNTINO METÀ POMERIGGIO - Latte senza zucchero ml 150 - biscotto granulare o prima infanzia 30 g	<i>oppure</i> orzo o tè <i>oppure</i> fette biscottate g 45 SCIOLTE E OMOGENEIZZATE NELLA BEVANDA
NELLA GIORNATA: - Olio di oliva extravergine: 40 g - Una bustina di grana o parmigiano per pasto	

(*) sciogliere nel primo piatto o nella verdura

NO PANE – NO CRACKER – NO GRISSINI

ENERGIA:	kcal	1750		
PROTEINE:	g	76	=	17% delle calorie totali
LIPIDI:	g	77	=	40% delle calorie totali
GLUCIDI:	g	197	=	43% delle calorie totali



DIETA TENERA

1750 kcal

- ✓ Dieta equilibrata corrispondente al menù ospedaliero a base di cibi tritati, sminuzzati, passati.
- ✓ Indicata per pazienti con problemi di masticazione a causa di edentulia o disfagici, anche in associazione a diabete.

DISTRIBUZIONE DEGLI ALIMENTI

PASTI	SOSTITUZIONI
COLAZIONE - Latte o tè o orzo 200 ml - zucchero 20 g - fette biscottate 45 g	COLAZIONE PER DIABETICO - Latte o tè o orzo 200 ml <u>senza zucchero</u> - fette biscottate 45 g
PRANZO - pasta corta + parmigiano g 7 80 g - carne tritata 130 g - verdura tritata 150 g - mousse di frutta 100 g	<i>oppure</i> 150 g pesce <i>oppure</i> 200 g purè <i>oppure</i> frutta cotta o omogeneizzato di frutta
CENA - creme di verdure/legumi o passati o vellutate + parmigiano g 7 - carne tritata 130 g - purè 200 g - mousse di frutta 100 g	<i>oppure</i> pasta corta 40 g <i>oppure</i> 100 g prosciutto cotto 100 g formaggio fresco <i>oppure</i> 150 g verdura tritata <i>oppure</i> frutta cotta o omogeneizzato di frutta
<u>NELLA GIORNATA:</u> - Olio di oliva: 30 g	

ENERGIA:	kcal	1760		
PROTEINE:	g	92	=	21% delle calorie totali
LIPIDI:	g	59	=	30% delle calorie totali
GLUCIDI:	g	230	=	49% delle calorie totali

PROGRAMMA DI RIALIMENTAZIONE PER PANCREATITE



- ✓ La rialimentazione avviene attraverso step successivi che prevedono diversi schemi dietetici con un incremento progressivo della quota calorica e una reintroduzione graduale degli alimenti.
- ✓ Indicata per pazienti con pancreatite, anche in associazione a diabete.
- ✓ Il passaggio da una dieta all'altra è soggettivo e deve essere stabilito dal medico.

➤ **STEP 1: SEMILIQUIDA 1**

È consigliabile seguirla per circa 2 giorni

Colazione: tè o caffè d'orzo + zucchero 10 g (senza zucchero per diabetico)

Fette biscottate g 30

Spuntini (metà pomeriggio e dopo cena): mousse di frutta g 100

Pranzo e Cena: semolino g 30 + parmigiano g 14 + olio extravergine d'oliva g 10
+ brodo vegetale q.b. per ottenere una consistenza cremosa

ENERGIA:	kcal	770			
PROTEINE:	g	22	=	11%	delle calorie totali
LIPIDI:	g	31	=	35%	delle calorie totali
GLUCIDI:	g	111	=	54%	delle calorie totali
Fibra: 5,05 g					

➤ **STEP 2: DIETA PRIMA**

È consigliabile seguirla per almeno 2-3 giorni

Colazione: tè o caffè d'orzo + zucchero 20 g (senza zucchero per diabetico)

Fette biscottate g 45

Pranzo e Cena: pasta in brodo g 35 + parmigiano g 14 + olio extravergine d'oliva g 10
Purè g 200
Frutta cotta g 150

ENERGIA:	kcal	1350			
PROTEINE:	g	33	=	10%	delle calorie totali
LIPIDI:	g	36	=	24%	delle calorie totali
GLUCIDI:	g	237	=	66%	delle calorie totali

➤ **STEP 3: DIETA LEGGERA RIDOTTA IN FIBRE**

Colazione: tè o caffè d'orzo + zucchero 20 g (senza zucchero per diabetico)

Fette biscottate g 45

Pranzo: pasta o riso asciutti g 80 + parmigiano g 7 + olio extravergine d'oliva g 10
Carne (pollo o tacchino o vitello) g 130 ai ferri, arrosto, lessa
oppure pesce lessato o al forno g 150
Verdura lessa (carote o zucchine) + olio extravergine d'oliva g 10
Frutta cotta senza buccia g 150 oppure mousse di frutta g 100



ASP Azalea

Azienda Pubblica di Servizi alla Persona del Distretto di Ponente

Cena: pasta o riso g 35 in brodo vegetale + parmigiano g 7 + olio extravergine d'oliva g 10
Carne (pollo o tacchino o vitello) g 130 ai ferri, arrosto, lessa
oppure pesce lessato o al forno g 150
oppure 2 volte a settimana prosciutto cotto sgrassato g 50
oppure 1 volta a settimana formaggio fresco g 100
oppure 1 volta a settimana formaggio stagionato g 50
Purè g 150 o patate lesse g 150 + olio extravergine d'oliva g 10
Frutta cotta senza buccia g 150 oppure mousse di frutta g 100

ENERGIA:	kcal	1760			
PROTEINE:	g	76	=	17%	delle calorie totali
LIPIDI:	g	63	=	32%	delle calorie totali
GLUCIDI:	g	238	=	51%	delle calorie totali
Fibra: 18,53 g					

PROGRAMMA DI RIALIMENTAZIONE PER PAZIENTE OPERATO AL TRATTO



GASTROINTESTINALE

- ✓ La rialimentazione avviene attraverso step successivi che prevedono diversi schemi dietetici con un incremento progressivo della quota calorica e una reintroduzione graduale degli alimenti.
- ✓ Indicata per pazienti con gastrectomia, intestino resecato, colectomia (anche totale), ileostomia, colostomia, anche in associazione a diabete (escludendo lo zucchero a colazione).
- ✓ Il passaggio da una dieta all'altra è soggettivo e deve essere stabilito dal medico.

➤ STEP 0: LIQUIDA 1

Inizio consigliato in caso di gastrectomia da seguire per almeno 2 giorni e da assumere a cucchiainate fino a 3 cucchiaini ogni ora (30 ml) a causa della ridotta capacità gastrica

Colazione: 100 ml di tè o caffè d'orzo + zucchero 10 g (senza zucchero per diabetico)

Spuntini (metà mattina e metà pomeriggio): 100 ml di tè o caffè d'orzo + zucchero 10 g
(senza zucchero per diabetico)

Pranzo e Cena: 100 ml di brodo vegetale

➤ STEP 1: SEMILIQUIDA 1

È consigliabile seguirla per almeno 2 giorni

Colazione: tè o caffè d'orzo 200 ml + zucchero 10 g (senza zucchero per diabetico)
Fette biscottate g 30

Spuntini (metà pomeriggio e dopo cena): mousse di frutta g 100

Pranzo e Cena: semolino g 30 + parmigiano g 14 + olio extravergine d'oliva g 10
+ brodo vegetale q.b. per ottenere una consistenza cremosa

ENERGIA:	kcal	770			
PROTEINE:	g	22	=	11%	delle calorie totali
LIPIDI:	g	31	=	35%	delle calorie totali
GLUCIDI:	g	111	=	54%	delle calorie totali
Fibra: 5,05 g					

➤ STEP 2: SEMILIQUIDA 2

È consigliabile seguirla per 2- 4 giorni

Colazione: tè o caffè d'orzo 200 ml + zucchero 10 g (senza zucchero per diabetico)
Fette biscottate g 30

Spuntini (metà pomeriggio e dopo cena): mousse di frutta g 100

Pranzo e Cena: semolino g 30 + parmigiano g 14 + olio extravergine d'oliva g 10
+ n. 1 omogeneizzato di carne o pesce (g 80) + brodo vegetale

ENERGIA:	kcal	1000			
PROTEINE:	g	35	=	15%	delle calorie totali
LIPIDI:	g	38	=	35%	delle calorie totali
GLUCIDI:	g	129	=	50%	delle calorie totali
Fibra: 5,05 g					

➤ STEP 3: SEMILISOLIDA



Colazione: tè o caffè d'orzo 200 ml + zucchero 20 g (senza zucchero per diabetico)

Fette biscottate g 30

Spuntini (metà pomeriggio e dopo cena): mousse di frutta g 100

Pranzo e Cena: pastina o semolino g 35 in brodo vegetale

+ parmigiano g 14 + olio extravergine d'oliva g 10

Carne trita g 100 + olio extravergine d'oliva g 5

oppure pesce lessato g 120 + olio extravergine d'oliva g 5

oppure prosciutto cotto sgrassato tritato g 50

oppure formaggio tenero g 100

Purè di patate o carote o zucchine o zucca g 100

ENERGIA:	kcal	1300			
PROTEINE:	g	61	=	18%	delle calorie totali
LIPIDI:	g	50	=	34%	delle calorie totali
GLUCIDI:	g	165	=	48%	delle calorie totali
Fibra: 10,41 g					

➤ **STEP 4: DIETA LEGGERA RIDOTTA IN FIBRE**

Colazione: tè o caffè d'orzo + zucchero 20 g (senza zucchero per diabetico)

Fette biscottate g 45

Pranzo: pasta o riso asciutti g 80 + parmigiano g 7 + olio extravergine d'oliva g 10

Carne (pollo o tacchino o vitello) g 130 ai ferri, arrosto, lessa

oppure pesce lessato o al forno g 150

Verdura lessa (carote o zucchine) + olio extravergine d'oliva g 10

Frutta cotta senza buccia g 150 oppure mousse di frutta g 100

Cena: pasta o riso g 35 in brodo vegetale + parmigiano g 7 + olio extravergine d'oliva g 10

Carne (pollo o tacchino o vitello) g 130 ai ferri, arrosto, lessa

oppure pesce lessato o al forno g 150

oppure 2 volte a settimana prosciutto cotto sgrassato g 50

oppure 1 volta a settimana formaggio fresco g 100

oppure 1 volta a settimana formaggio stagionato g 50

Purè g 150 o patate lesse g 150 + olio extravergine d'oliva g 10

Frutta cotta senza buccia g 150 oppure mousse di frutta g 100

ENERGIA:	kcal	1760			
PROTEINE:	g	76	=	17%	delle calorie totali
LIPIDI:	g	63	=	32%	delle calorie totali
GLUCIDI:	g	238	=	51%	delle calorie totali
Fibra: 18,53 g					



PRANZO						
lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì'	sabato	domenica
P1 - pasta all'ortolana (zucchine, peperoni, melanzane)	P1 - pasta al pomodoro	P1 - pasta pomodoro e ricotta	P1 - pasta al pesto	P1 - pasta all'amatriciana	P1 - risotto primavera	P1 - gnocchi alla romana
P2 - pasta al pomodoro	P2 - pasta all'olio	P2 - riso all'olio	P2 - pasta all'olio	P2 - riso all'olio	P2 - pasta al pomodoro	P2 - riso all'olio
P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne
P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino
-	-	-	-	-	-	-
S1 - frittata con verdure	S1 - scaloppina al limone	S1 - petto ai ferri	S1 - polpettone	S1 - filetto di pesce gratinato	S1 - bocconcini di pollo dorati	S1 - coppa arrosto
S2 - manzo lesso	S2 - manzo lesso	S2 - manzo lesso	S2 - manzo lesso	S2 - manzo lesso	S2 - manzo lesso	S2 - manzo lesso
S3 - pollo lesso	S3 - pollo lesso	S3 - pollo lesso	S3 - pollo lesso	S3 - pollo lesso	S3 - pollo lesso	S3 - pollo lesso
S4 - pesce lesso	S4 - pesce lesso	S4 - pesce lesso	S4 - pesce lesso	S4 - pesce lesso	S4 - pesce lesso	S4 - pesce lesso
C1 - broccoli gratinati	C1 - fagiolini e patate	C1 - carote gratinate	C1 - spinaci al burro	C1 - patate prezzemolate	C1 - carote brasate	C1 - zucchine gratinate
C2 - insalata	C2 - insalata mista	C2 - insalata	C2 - insalata e pomodori	C2 - insalata mista	C2 - pomodori	C2 - insalata mista
C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè
frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione
frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta
mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta
yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino



CENA						
lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì'	sabato	domenica
P1 - minestra di patate	P1 - riso e piselli	P1 - crema di carote con crostini	P1 - passato di verdura con pasta	P1 - pasta con zucchine	P1 - passato di verdure con crostini	P1 - crema di patate e zucchine
P2 - pasta all'olio	P2 - riso all'olio	P2 - pasta all'olio	P2 - riso all'olio	P2 - pasta all'olio	P2 - riso all'olio	P2 - pasta all'olio
P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne
P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino
-	-	-	-	-	-	-
S1 - formaggi misti (fontal, caciotta, crescenza)	S1 - salumi misti (prosciutto cotto e mortadella)	S1 - pizza	S1 - torta salata	S1 - involtino prosciutto e formaggio	S1 - caprese (mozzarella e pomodoro)	S1 - prosciutto crudo
S2 - ricotta	S2 - formaggi	S2 - formaggio	S2 - formaggio	S2 - formaggio	S2 - mozzarella	S2 - formaggio
S3 - prosciutto cotto	S3 - prosciutto cotto	S3 - mousse di tonno	S3 - prosciutto cotto	S3 - prosciutto cotto	S3 - prosciutto cotto	S3 - prosciutto cotto
S4 - pollo lesso	S4 - pollo lesso	S4 - pollo lesso	S4 - pollo lesso	S4 - pollo lesso	S4 - pollo lesso	S4 - pollo lesso
S5 - pesce lesso	S5 - pesce lesso	S5 - pesce lesso	S5 - pesce lesso	S5 - pesce lesso	S5 - pesce lesso	S5 - pesce lesso
C1 - spinaci	C1 - zucchine olio e sale	C1 - cannellini e carote julienne	C1 - carote gratinate	C1 - biette gratinate	C1 - fagiolini lessati	C1 - patate al forno
C2 - insalata e pomodori	C2 - insalata mista	C2 - pomodori	C2 - insalata	C2 - pomodori	C2 - insalata mista	C2 - carciofi trifolati
C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè
frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione
frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta
mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta
yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino



MENU' PRIMAVERA ESTATE 2° SETTIMANA						
PRANZO						
lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì'	sabato	domenica
P1 - pasta con zucchini	P1 - pasta al pomodoro	P1 - pasta aglio e olio	P1 - risotto allo zafferano	P1 - tagliatelle alla boscaiola (funghi e salsiccia)	P1 - gnocchi al pomodoro	P1 - lasagne al pesto
P2 - pasta all'olio	P2 - riso all'olio	P2 - pasta all'olio	P2 - pasta all'olio	P2 - pasta al pomodoro	P2 - pasta all'olio	P2 - riso all'olio
P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne
P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino
-	-	-	-	-	-	-
S1 - frittata con spinaci	S1 - spezzatino di manzo	S1 - verdure ripiene	S1 - polpette di ricotta	S1 - pesce pomodoro e olive	S1 - scaloppine alle olive	S1 - arrosto di vitello
S2 - manzo lessso	S2 - manzo lessso	S2 - manzo lessso	S2 - manzo lessso	S2 - manzo lessso	S2 - manzo lessso	S2 - manzo lessso
S3 - pollo lessso	S3 - pollo lessso	S3 - pollo lessso	S3 - pollo lessso	S3 - pollo lessso	S3 - pollo lessso	S3 - pollo lessso
S4 - pesce lessso	S4 - pesce lessso	S4 - pesce lessso	S4 - pesce lessso	S4 - pesce lessso	S4 - pesce lessso	S4 - pesce lessso
C1 - cavolfiore gratinato	C1 - piselli in umido	C1 - fagiolini lessati	C1 - spinaci al burro	C1 - carote brasate	C1 - fagiolini lessati	C1 - patate al forno
C2 - pomodori	C2 - insalata mista	C2 - insalata	C2 - insalata mista	C2 - insalata e pomodori	C2 - pomodori	C2 - insalata mista
C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè
frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione
frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta
mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta
yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino



CENA						
lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	domenica
P1 - minestrone e cereali	P1 - pasta pomodoro e olive	P1 - passato di verdura con crostini	P1 - zuppa d'orzo	P1 - minestrone di spinaci	P1 - crema di fagiolini	P1 - pasta pomodoro e basilico
P2 - riso all'olio	P2 - pasta all'olio	P2 - riso all'olio	P2 - pasta al pomodoro	P2 - pasta all'olio	P2 - riso all'olio	P2 - pasta all'olio
P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne
P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino
-	-	-	-	-	-	-
S1 - sfornato patate, ricotta e prosciutto cotto	S1 - pesce lesso limone e prezzemolo	S1 - tortino di patate	S1 - involtini di mortadella	S1 - mousse di tonno	S1 - formaggi misti (grana e mozzarella)	S1 - bresaola
S2 - formaggio	S2 - formaggio	S2 - formaggi	S2 - formaggio	S2 - formaggio	S2 - mozzarella	S2 - formaggio
S3 - prosciutto cotto	S3 - prosciutto cotto	S3 - prosciutto cotto	S3 - prosciutto cotto	S3 - prosciutto cotto	S3 - prosciutto cotto	S3 - prosciutto cotto
S4 - pollo lesso	S4 - pollo lesso	S4 - pollo lesso	S4 - pollo lesso	S4 - pollo lesso	S4 - pollo lesso	S4 - pollo lesso
S5 - pesce lesso	S5 - pesce lesso	S5 - pesce lesso	S5 - pesce lesso	S5 - pesce lesso	S5 - pesce lesso	S5 - pesce lesso
C1 - spinaci al burro	C1 - carote gratinate	C1 - zucchine gratinate	C1 - patate prezzemolate	C1 - erbe gratinate	C1 - zucchine trifolate	C1 - carote lessate
C2 - insalata mista	C2 - insalata	C2 - insalata	C2 - insalata	C2 - pomodori	C2 - insalata	C2 - insalata
C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè
frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione
frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta
mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta
yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino



MENU' PRIMAVERA ESTATE 3° SETTIMANA						
PRANZO						
lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	domenica
P1 - pasta ricotta e prosciutto	P1 - pasta al ragù	P1 - pasta alle melanzane	P1 - risotto con salsiccia	P1 - pasta al sugo di peperoni	P1 - gnocchi alla sorrentina	P1 - pisarei e fasö
P2 - pasta all'olio	P2 - riso all'olio	P2 - pasta all'olio	P2 - pasta al pomodoro	P2 - pasta all'olio	P2 - riso all'olio	P2 - pasta al pomodoro
P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne
P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino
-	-	-	-	-	-	-
S1 - scaloppina di lonza al limone	S1 - arrosto di tacchino	S1 - insalata di pollo	S1 - caprese	S1 - polpette di ricotta	S1 - pollo arrosto	S1 - polpettone di manzo
S2 - manzo lesso	S2 - manzo lesso	S2 - manzo lesso	S2 - manzo lesso	S2 - manzo lesso	S2 - manzo lesso	S2 - manzo lesso
S3 - pollo lesso	S3 - pollo lesso	S3 - pollo lesso	S3 - pollo lesso	S3 - pollo lesso	S3 - pollo lesso	S3 - pollo lesso
S4 - pesce lesso	S4 - pesce lesso	S4 - pesce lesso	S4 - pesce lesso	S4 - pesce lesso	S4 - pesce lesso	S4 - pesce lesso
C1 - ratatouille di verdure	C1 - carote lessate	C1 - spinaci al burro	C1 - fagiolini gratinati	C1 - cannellini e carote julienne	C1 - carote brasate	C1 - patate arrosto
C2 - insalata e pomodori	C2 - insalata mista	C2 - pomodori	C2 - insalata mista	C2 - insalata	C2 - insalata	C2 - insalata mista
C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè
frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione
frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta
mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta
yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino



CENA						
lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	domenica
P1 - minestrone con crostini	P1 - riso patate e prezzemolo	P1 - minestrone di legumi	P1 - minestrone di spinaci	P1 - crema di carote con crostini	P1 - pasta al pomodoro	P1 - crema di zucchine
P2 - riso all'olio	P2 - pasta al pomodoro	P2 - riso all'olio	P2 - pasta all'olio	P2 - riso all'olio	P2 - pasta all'olio	P2 - riso all'olio
P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne
P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino
-	-	-	-	-	-	-
S1 - salumi misti (prosciutto cotto e mortadella)	S1 - pesce lesso al limone	S1 - torta salata	S1 - formaggi misti (fontal, ricotta, crescenza)	S1 - affettato di tacchino tonnato	S1 - pizza	S1 - prosciutto crudo
S2 - formaggio	S2 - formaggi	S2 - ricotta	S2 - crescenza	S2 - formaggio	S2 - ricotta	S2 - formaggio
S3 - prosciutto cotto	S3 - prosciutto cotto	S3 - prosciutto cotto	S3 - prosciutto cotto	S3 - prosciutto cotto	S3 - prosciutto cotto	S3 - prosciutto cotto
S4 - pollo lesso	S4 - pollo lesso	S4 - pollo lesso	S4 - pollo lesso	S4 - pollo lesso	S4 - pollo lesso	S4 - pollo lesso
S5 - pesce lesso	S5 - pesce lesso	S5 - pesce lesso	S5 - pesce lesso	S5 - pesce lesso	S5 - pesce lesso	S5 - pesce lesso
C1 - finocchi gratinati	C1 - patate lessate	C1 - zucchine al forno	C1 - erbe gratinate	C1 - zucchine trifolate	C1 - cavolfiori gratinati	C1 - cipolle al forno
C2 - insalata	C2 - insalata	C2 - insalata mista	C2 - insalata	C2 - pomodori	C2 - insalata mista	C2 - insalata
C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè
frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione
frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta
mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta
yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino

MENU' PRIMAVERA ESTATE 4° SETTIMANA



PRANZO						
lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	domenica
P1 - pasta aglio e olio	P1 - risotto alla milanese	P1 - pasta al pomodoro	P1 - pasta all'amatriciana	P1 - pasta alle vongole	P1 - pasta e fagioli	P1 - chicche in salsa aurora
P2 - riso all'olio	P2 - pasta all'olio	P2 - riso all'olio	P2 - riso all'olio	P2 - pasta al pomodoro	P2 - pasta all'olio	P2 - riso all'olio
P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne
P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino
-	-	-	-	-	-	-
S1 - frittata con verdure	S1 - tacchino arrotolato	S1 - macinato di cavallo in umido	S1 - polpettone	S1 - polpette di pesce	S1 - tonnato di lonza	S1 - arrosto di tacchino ripieno
S2 - manzo lessato	S2 - manzo lessato	S2 - manzo lessato	S2 - manzo lessato	S2 - manzo lessato	S2 - manzo lessato	S2 - manzo lessato
S3 - pollo lessato	S3 - pollo lessato	S3 - pollo lessato	S3 - pollo lessato	S3 - pollo lessato	S3 - pollo lessato	S3 - pollo lessato
S4 - pesce lessato	S4 - pesce lessato	S4 - pesce lessato	S4 - pesce lessato	S4 - pesce lessato	S4 - pesce lessato	S4 - pesce lessato
C1 - fagiolini lessati	C1 - spinaci al burro e grana	C1 - patate lesse	C1 - fagiolini lessati	C1 - zucchine gratinate	C1 - carote lesse	C1 - patate arrosto
C2 - insalata mista	C2 - insalata	C2 - pomodori	C2 - insalata	C2 - pomodori	C2 - pomodori	C2 - insalata mista
C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè
frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione
frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta
mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta
yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino



CENA						
lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	domenica
P1 - minestra d'orzo	P1 - minestrone di pasta	P1 - crema di asparagi	P1 - riso e patate	P1 - riso al pomodoro	P1 - crema di verdure con crostini	P1 - vellutata di zucchine
P2 - riso all'olio	P2 - riso all'olio	P2 - pasta all'olio	P2 - pasta all'olio	P2 - pasta all'olio	P2 - riso all'olio	P2 - pasta all'olio
P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne
P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino
-	-	-	-	-	-	-
S1 - crocchette di patate	S1 - sformato al tonno (patate, uova, grana)	S1 - focaccia vegetariana	S1 - platessa alla mugnaia	S1 - formaggi misti (fontal, crescenza, ricotta)	S1 - involtini prosciutto e formaggio	S1 - affettato di tacchino tonnato
S2 - formaggio	S2 - formaggio	S2 - ricotta	S2 - crescenza	S2 - crescenza	S2 - ricotta	S2 - formaggio
S3 - prosciutto cotto	S3 - prosciutto cotto	S3 - prosciutto cotto	S3 - prosciutto cotto	S3 - prosciutto cotto	S3 - prosciutto cotto	S3 - prosciutto cotto
S4 - pollo lesso	S4 - pollo lesso	S4 - pollo lesso	S4 - pollo lesso	S4 - pollo lesso	S4 - pollo lesso	S4 - pollo lesso
S5 - pesce lesso	S5 - pesce lesso	S5 - pesce lesso	S5 - pesce lesso	S5 - pesce lesso	S5 - pesce lesso	S5 - pesce lesso
C1 - carote gratinate	C1 - tris di verdure in umido	C1 - spinaci aglio e olio	C1 - zucchine trifolate	C1 - biette gratinate	C1 - finocchi gratinati	C1 - cavolfiori gratinati
C2 - pomodori	C2 - insalata mista	C2 - insalata mista	C2 - pomodori	C2 - insalata mista	C2 - insalata mista	C2 - insalata
C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè
frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione
frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta
mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta
yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino



MENU' PRIMAVERA ESTATE 5° SETTIMANA						
PRANZO						
lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	domenica
P1 - pasta al tonno	P1 - risotto con asparagi	P1 - pasta al pesto	P1 - pasta aglio e olio	P1 - pasta al sugo di pesce	P1 - risotto alle verdure	P1 - lasagne alla bolognese
P2 - riso all'olio	P2 - pasta all'olio	P2 - riso all'olio	P2 - riso all'olio	P2 - pasta al pomodoro	P2 - pasta all'olio	P2 - riso all'olio
P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne
P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino
-	-	-	-	-	-	-
S1 - frittata con erbe	S1 - manzo freddo con salsa verde	S1 - lonza arrosto alle mele	S1 - picùla di cavallo	S1 - filetto di pesce alla pizzaiola	S1 - scaloppina di pollo al limone	S1 - faraona arrosto
S2 - manzo lessato	S2 - manzo lessato	S2 - manzo lessato	S2 - manzo lessato	S2 - manzo lessato	S2 - manzo lessato	S2 - manzo lessato
S3 - pollo lessato	S3 - pollo lessato	S3 - pollo lessato	S3 - pollo lessato	S3 - pollo lessato	S3 - pollo lessato	S3 - pollo lessato
S4 - pesce lessato	S4 - pesce lessato	S4 - pesce lessato	S4 - pesce lessato	S4 - pesce lessato	S4 - pesce lessato	S4 - pesce lessato
C1 - zucchine gratinate	C1 - patate prezzemolate	C1 - caponata	C1 - patate in umido	C1 - zucchine lessate	C1 - ratatouille di verdure	C1 - patate arrosto
C2 - insalata	C2 - insalata mista	C2 - pomodori	C2 - insalata	C2 - pomodori	C2 - insalata	C2 - insalata mista
C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè
frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione
frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta
mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta
yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino



CENA						
lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	domenica
P1 - minestra di spinaci	P1 - minestra d'orzo	P1 - minestrone di pasta	P1 - passato di verdura con crostini	P1 - zuppa di cereali	P1 - crema di carote con crostini	P1 - crema di patate e rosmarino
P2 - pasta all'olio	P2 - riso all'olio	P2 - pasta all'olio	P2 - pasta all'olio	P2 - pasta all'olio	P2 - pasta all'olio	P2 - pasta all'olio
P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne	P3 - pasta in brodo di carne
P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino	P4 - semolino
-	-	-	-	-	-	-
S1 - torta salata	S1 - pizza	S1 - formaggi misti (fontal, caciotta, crescenza)	S1 - tortino di patate	S1 - salumi misti (coppa e prosciutto cotto)	S1 - mousse di tonno	S1 - prosciutto crudo
S2 - ricotta	S2 - formaggio	S2 - formaggio spalmabile	S2 - formaggio	S2 - formaggio	S2 - mozzarella	S2 - formaggio
S3 - prosciutto cotto	S3 - prosciutto cotto	S3 - prosciutto cotto	S3 - prosciutto cotto	S3 - prosciutto cotto	S3 - prosciutto cotto	S3 - prosciutto cotto
S4 - pollo lesso	S4 - pollo lesso	S4 - pollo lesso	S4 - pollo lesso	S4 - pollo lesso	S4 - pollo lesso	S4 - pollo lesso
S5 - pesce lesso	S5 - pesce lesso	S5 - pesce lesso	S5 - pesce lesso	S5 - pesce lesso	S5 - pesce lesso	S5 - pesce lesso
C1 - spinaci aglio e olio	C1 - cavolfiori gratinati	C1 - catalogna al limone	C1 - zucchine gratinate	C1 - finocchi gratinati	C1 - carote brasate	C1 - fagiolini lessati
C2 - pomodori	C2 - insalata mista	C2 - insalata	C2 - pomodori	C2 - pomodori	C2 - insalata mista	C2 - insalata
C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè	C3 - purè
frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione
frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta	frutta cotta
mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta	mousse di frutta
yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino	yogurt / budino