



AZIENDA OSPEDALIERA DI PADOVA  
UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI PADOVA  
Servizio di Dietetica e Nutrizione Clinica  
*Direttore: Prof. Lorenza Caregaro Negrin*

# DIETETICO OSPEDALIERO



In copertina foto di Carl Warner: "l'arcobaleno è perfetto dietro la foresta di  
prezzemolo e patate"



# AZIENDA OSPEDALIERA UNIVERSITA' DI PADOVA

## Servizio di Dietetica e Nutrizione Clinica

### DIETETICO OSPEDALIERO

<b>Preparato da</b>	<b>Gruppo di Lavoro</b> Coordinatore Dietista      Emanuela Ghiraldin Referente      Dietista      Nadia Zorzan  Dietista      Dina Bettio Dietista      Carmela Capparotto Dietista      Carla Pasquato Dietista      Cristiana Pilonato Dietista      Franca Rampin Dietista      Daniella Sachespi Dietista      Paola Scapolo
<b>Approvato da</b>	<b>Direttore</b>  <i>Prof. Lorenza Caregaro Negrin</i>
<b>Data: 30 Settembre 2008</b>	<b>Rev. 00</b>

## PRESENTAZIONE

Un corretto regime alimentare deve essere considerato un obiettivo primario, il suo contributo è sostanziale per la prevenzione e la cura di numerose patologie.

L'alimentazione fornita nell'ambito di un complesso ospedaliero ha una valenza importante perché integra le altre terapie.

Un regime alimentare appropriato è uno strumento mirato al miglioramento delle condizioni cliniche del paziente e alla prevenzione di complicanze che potrebbero derivare da una nutrizione non idonea.

Le Dietiste del Servizio di Dietetica hanno ritenuto necessario elaborare questo Dietetico Ospedaliero per favorire un'adeguata risposta alle esigenze dietoterapiche dei pazienti e migliorare la qualità del servizio nutrizionale.

Il Dietetico Ospedaliero è la raccolta delle diete, a composizione definita, disponibili nell'ambito dell'Azienda Ospedaliera.

Per ogni dieta sono descritte le finalità e le caratteristiche dei pazienti ai quali si rivolge, in alcuni casi uno stesso tipo di dieta può essere utilizzato per più patologie.

Il calcolo delle diete è stato effettuato utilizzando un software idoneo, che ha fornito sia i dati relativi alla prima scelta degli alimenti che le medie di assunzione settimanale.

Per ogni schema dietetico è riportata la composizione bromatologica relativa ai cibi assunti con maggior frequenza, indicati nella colonna "ALIMENTI", invece nella colonna "ALCUNE ALTERNATIVE" sono previsti altri alimenti per dare maggior flessibilità e varietà ai menu.

Dietista Emanuela Ghiraldin

Coordinatore del Servizio di Dietetica

### Hanno collaborato le Dietiste:

Dina Bettio

Carmela Capparotto

Emanuela Ghiraldin

Carla Pasquato

Cristiana Pilonato

Franca Rampin

Daniella Sachespi

Paola Scapolo

Nadia Zorzan

## PROSPETTO DIETE

NUOVI CODICI	DENOMINAZIONE	PAGINA
001	NUOVO ENTRATO	5
002	FISIOLOGICA (COMUNE)	7
003	LIQUIDA	9
004	RIALIMENTAZIONE A	11
005	RIALIMENTAZIONE B	12
006	RIALIMENTAZIONE C	15
007	DISFAGIA	17
008	CHIRURGIA ORL	19
009	IPOCALORICA 850 CAL.	21
010	IPOCALORICA 1000 CAL.	22
011	IPOCALORICA 1250 CAL.	23
012	IPOCALORICA 1500 CAL.	24
013	DIABETE 1200 CAL.	27
014	DIABETE 1500 CAL.	28
015	DIABETE 1800 CAL.	29
016	DIABETE 2000 CAL.	31
017	DIABETE 2000 CAL.	32
018	DIABETE 2400 CAL.	33
019	DIABETE 2800 CAL.	34
020	IPOPROTEICA g 40 1800 CAL.	37
021	IPOPROTEICA g 53 2000 CAL.	38
022	IPOPROTEICA g 62 2250 CAL.	39

CODICI	DENOMINAZIONE	PAGINA
023	IPOPROT. DIABETE g 45 1600 CAL.	41
024	IPOPROT. DIABETE g 51 1850 CAL.	42
025	IPOPROT. DIABETE g 50 2150 CAL.	43
026	IPOLIPIDICA QUALITATIVA	45
027	ALIPIDICA	47
028	IPOSODICA	49
029	IPOSODICA PER EPATOPATIA CON IPERAMMONIEMIA	51
030	IPOSODICA PER EPATOPATIA CON IPERAMMONIEMIA PRIVA DI ZUCCHERI AGGIUNTI	53
031	PRIVA DI GLUTINE	55
032	PRIVA DI PROTEINE DEL LATTE	57
033	IPOALLERGENICA	59
034	A BASSA CARICA MICROBICA	61
035	IPERCALORICA	63
036	LATTO OVO VEGETARIANA	65
037	RICOVERI A PAGAMENTO	67
999	RICETTATA	68
040	DIGIUNO	

## DIETA NUOVO ENTRATO

Questo menù si avvale di piatti di semplice preparazione, di consistenza prevalentemente morbida, accettati dalla maggior parte della popolazione adulta ed in particolare anziana.

E' rivolto a tutti i pazienti al loro ingresso in ospedale, si adatta a numerose patologie assicurando un adeguato apporto calorico e di nutrienti.



# AZIENDA OSPEDALIERA DI PADOVA

Servizio di Dietetica e Nutrizione Clinica

Direttore: Prof. Lorenza Caregaro Negrin



<b>DIETA NUOVO ENTRATO</b>				<b>COD. 001</b>
<b>PROTEINE g 83</b> 18%	<b>LIPIDI g 62</b> 31%	<b>GLUCIDI g 248</b> 51%	<b>FIBRA g 18</b>	<b>CAL 1800</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• tè	250		
• zucchero	10		
• 4 fette biscottate	28		
<b>PRANZO</b>			
• pasta in brodo	30		
• grana	5		
• pollo lesso	170		
• purè di patate	200		
• pane comune	50		
• frutta fresca	150		
<b>CENA</b>			
• pasta in brodo	30		
• grana	5		
• stracchino	100		
• patate lessate	200		
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	50		
• frutta fresca	150		



## DIETA FISIOLÓGICA (COMUNE)

Dieta normocalorica che offre più possibilità nella scelta dei primi e secondi piatti, le porzioni sono standard in riferimento ai LARN.

Questo menu è il risultato di un compromesso fra il tentativo di proporre un'alimentazione equilibrata e la ricerca di assicurare preparazioni il più possibile varie ed appetibili.

Sono previsti anche piatti modicamente elaborati che tengono in considerazione le tradizioni alimentari del territorio.

Per questi motivi la composizione bromatologica si discosta leggermente dai fabbisogni raccomandati.

E' indicato a tutti degenti che non necessitano di interventi nutrizionali mirati.

<b>DIETA FISIOLÓGICA (COMUNE)</b>				<b>COD. 002</b>
<b>PROTEINE g 81</b> 17%	<b>LIPIDI g 70</b> 32%	<b>GLUCIDI g 267</b> 51%	<b>FIBRA g 20</b>	<b>CAL 1950</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• latte parz. scremato	250	tè o caffè d'orzo	250
• zucchero	10		
• pane comune	50	4 fette biscottate	28
• marmellata	25		
<b>PRANZO</b>			
• pasta o riso asciutti	80	risotto o pasticcio o gnocchi	
• olio extrav. d'oliva	10		
• grana	5		
• manzo	100	pollo pesce	100 200
• verdura cotta	200	verdura cruda mista purè	100 200
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	50	cracker	25
• frutta fresca	150	purea di frutta	100
<b>CENA</b>			
• pasta in brodo	30	pasta con verdure	30
• grana	5		
• formaggio fresco	100	formaggio stagionato prosciutto cotto prosciutto crudo tonno sott'olio	80 70 50 80
• verdura cruda mista	100	patate lessate verdura cotta	200 200
• olio ex. d'oliva	10		
• pane comune	50	cracker	25
• frutta fresca	150	frutta cotta	150

## DIETA LIQUIDA

Costituita esclusivamente da liquidi, ha apporto calorico molto ridotto (intorno alle 300 Cal.).

E' destinata ai pazienti, che in attesa di accertamenti, devono assumere esclusivamente liquidi.



# AZIENDA OSPEDALIERA DI PADOVA

Servizio di Dietetica e Nutrizione Clinica

Direttore: Prof. Lorenza Caregaro Negrin



<b>DIETA LIQUIDA</b>				<b>COD. 003</b>
<b>PROTEINE g 10</b> 13.5%	<b>LIPIDI g 0.5</b> 1.5%	<b>GLUCIDI g 66</b> 85%	<b>FIBRA g 0</b>	<b>300</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• tè o caffè d'orzo	250	latte totalmente scremato	250
• zucchero	10		
<b>SPUNTINO</b>			
• tè o caffè d'orzo	250		
• zucchero	10		
<b>PRANZO</b>			
• latte totalmente scremato	250	tè o caffè d'orzo	250
• zucchero	10		
<b>SPUNTINO</b>			
• tè o caffè d'orzo	250		
• zucchero	10		
<b>CENA</b>			
• tè o caffè d'orzo	250	latte totalmente scremato	250
• zucchero	10		

## DIETA DI RIALIMENTAZIONE A

E' indicata nelle prime giornate di rialimentazione dei pazienti sottoposti ad interventi chirurgici quali gastroresezioni, resezioni intestinali più o meno estese e nei casi in cui sia necessario un graduale ripristino dell'alimentazione orale.

Si inizia somministrando per 2 o 3 giorni questa dieta che prevede alimenti molto digeribili ed è a basso apporto calorico, priva di fibre e priva di lattosio.

Se le condizioni del paziente lo consentono, si passa successivamente alla dieta di rialimentazione B.

Con **opportune modifiche** può essere utilizzata anche nella rialimentazione delle pancreatiti acute.

## DIETA DI RIALIMENTAZIONE B

Quando il decorso clinico lo permette, è possibile ampliare la scelta degli alimenti continuando a fornire preparazioni facilmente digeribili.

Questa dieta, per la tipologia di fibre contenute e per il frazionamento dei pasti, ha lo scopo di evitare l'insorgenza di alcune complicanze quali la diarrea, consentendo un miglior recupero ponderale.

Il periodo di rialimentazione può avere durata variabile in relazione al tipo di patologia, di intervento e di risposta del singolo paziente. Poiché la dieta di rialimentazione esclude numerosi alimenti (verdura, frutta, latte, ecc.), con conseguente rischio di carenze nutrizionali, si dovranno valutare opportune integrazioni nel caso si debba protrarre a lungo.

<b>DIETA DI RIALIMENTAZIONE A</b>				<b>COD. 004</b>
<b>PROTEINE g 43</b> 19%	<b>LIPIDI g 14</b> 14%	<b>GLUCIDI g 167</b> 67%	<b>FIBRA g 4</b>	<b>CAL 950</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• tè	250	caffè d'orzo	250
• zucchero	10		
• 2 fette biscottate	14	3 biscotti primi mesi	15
• marmellata	25		
<b>SPUNTINO</b>			
• 2 fette biscottate	14	3 biscotti primi mesi	15
<b>PRANZO</b>			
• semolino in brodo vegetale	30	crema di riso in brodo vegetale	30
• grana	5		
• omogeneizzato di carne	80	manzo o pollo frullati	100
• purea di mela	100		
<b>SPUNTINO</b>			
• tè	250	caffè d'orzo	250
• zucchero	10		
• 2 fette biscottate	14	3 biscotti primi mesi	15
<b>CENA</b>			
• crema di riso in brodo vegetale	30	pastina micron in brodo vegetale	30
• grana	5		
• manzo o pollo frullati	100	omogeneizzato di carne	80
• purea di mela	100		
<b>SPUNTINO</b>			
• 2 fette biscottate	14	3 biscotti primi mesi	15

<b>DIETA DI RIALIMENTAZIONE B</b>				<b>COD. 005</b>
<b>PROTEINE g 75</b> 16%	<b>LIPIDI g 44</b> 20%	<b>GLUCIDI g 335</b> 64%	<b>FIBRA g 24</b>	<b>CAL 1950</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• tè	250	caffè d'orzo	250
• zucchero	10		
• 2 fette biscottate	14	3 biscotti primi mesi	15
• marmellata	25		
<b>SPUNTINO</b>			
• 2 fette biscottate	14	3 biscotti primi mesi	15
• marmellata	25		
<b>PRANZO</b>			
• pastina micron asciutta	80	pastina micron in brodo vegetale	30
• olio extrav. d'oliva	10		
• grana	5		
• pollo	100	manzo o pollo frullati	100
		pesce al vapore	200
		prosciutto crudo magro	50
		grana	50
• patate lessate	200	carote lessate	150
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	50	cracker	25
• mela	150	banana	150
<b>SPUNTINO</b>			
• tè	250	caffè d'orzo	250
• zucchero	10		
• 4 fette biscottate	28	6 biscotti primi mesi	30
<b>CENA</b>			
• pastina micron in brodo vegetale	30	riso asciutto	80
		olio ex. d'oliva	10
• grana	5		
• prosciutto crudo magro	50	manzo o pollo frullati	100
		pesce al vapore	200
• carote lessate	150	patate lessate	200
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	50	fette biscottate	28
• mela	150	purea di mela	100





## DIETA DI RIALIMENTAZIONE C

Dieta con alimenti di consistenza semiliquida o solida, di facile digeribilità .

E' particolarmente indicata per pazienti in fase di rialimentazione dopo intervento chirurgico, per cardiopatici per i quali non venga richiesta una restrizione dell'apporto di sodio oppure per persone con difficoltà di masticazione.

<b>DIETA DI RIALIMENTAZIONE C</b>				<b>COD. 006</b>
<b>PROTEINE g 69</b> 14%	<b>LIPIDI g 71</b> 32%	<b>GLUCIDI g 286</b> 54 %	<b>FIBRA g 21</b>	<b>CAL 2000</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• latte intero	250	tè o caffè d'orzo	250
• zucchero	10		
• 4 fette biscottate	28	6 biscotti primi mesi	30
• marmellata	25		
<b>PRANZO</b>			
• pastina micron asciutta	80	riso asciutto	80
		pastina micron in brodo vegetale	30
		semolino in brodo vegetale	30
• olio extrav. oliva	10		
• grana	5		
• manzo o pollo frullati	100	hamburger	100
		pollo	100
		pesce al vapore	200
• verdure cotte frullate	200	purè di patate	200
		verdura lessata	200
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	50	cracker	25
• mela cotta	150	banana	150
<b>SPUNTINO</b>			
• caffè orzo	250	tè	250
• zucchero	10		
<b>CENA</b>			
• semolino in brodo vegetale	30	pastina micron con passato di verdura	30
		pastina micron asciutta	80
		latte intero	250
• grana	5		
• formaggio fresco	100	omogeneizzato di carne	80
		manzo o pollo frullati	100
		pollo	100
• verdura lessata	200	patate lessate	200
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	50	cracker	25
• purea di frutta	100	frutta fresca	150

## DIETA PER DISFAGIA

In questa dieta la consistenza delle preparazioni è omogenea, prevalentemente cremosa.

Per le bevande come acqua, tè, caffè, ecc. **è sempre necessaria l'aggiunta di polvere addensante** in quantità variabile (in relazione alla prescrizione del Fisiatra).

Per pazienti con particolare inappetenza o difficoltà ad assumere un pasto completo, può essere più adatto il "piatto unico" che include il primo, il secondo piatto e la verdura.

Con la prenotazione del "piatto unico" può essere richiesta anche un'ulteriore porzione di verdura.

Indicata per pazienti che presentano una compromissione parziale della capacità di deglutizione.

<b>DIETA PER DISFAGIA</b>				<b>COD. 007</b>
<b>PROTEINE g 71</b> 16%	<b>LIPIDI g 80</b> 40%	<b>GLUCIDI g 204</b> 44 %	<b>FIBRA g 6</b>	<b>CAL 1800</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• latte intero	250	2 yogurt intero naturale 2 yogurt intero alla frutta tè o caffè d'orzo	250 250 250
• zucchero	10		
• 6 biscotti primi mesi	30		
<b>SPUNTINO</b>			
• yogurt intero alla frutta	125	yogurt intero naturale	125
<b>PRANZO</b>			
• semolino in brodo vegetale	30	piatto unico costituito da pastina, carne, verdura: frullate	250
• grana	5		
• carne frullata	100	purè di patate	200
• verdura cotta frullata	200		
• olio extrav. d'oliva	10		
• purea di frutta	100		
<b>SPUNTINO</b>			
• purea di frutta	100		
<b>CENA</b>			
• crema di riso in brodo vegetale	30	passato di verdura (senza pasta) creme di verdure	
• grana	5		
• formaggio fresco	100	carne frullata omogeneizzato di carne	100 80
• purè di patate	200	verdura cotta frullata	200
• olio extrav. d'oliva	10		
• purea di frutta	100		
<b>SPUNTINO</b>			
• purea di frutta	100		

**N.B. TUTTI I LIQUIDI VANNO ADDENSATI**

## DIETA PER CHIRURGIA ORL

In questa dieta sono esclusi alimenti liquidi, tritati o che si possano sbriciolare facilmente.

E' consigliata per pazienti che hanno subito interventi chirurgici di area otorinolaringoiatrica (es. laringectomia parziale) e che necessitano pertanto di una modifica della consistenza dei pasti di tipo solido/semisolido.

<b>DIETA PER CHIRURGIA ORL</b>				<b>COD. 008</b>
<b>PROTEINE g 94</b> 16%	<b>LIPIDI g 87</b> 32%	<b>GLUCIDI g 311</b> 52%	<b>FIBRA g 18</b>	<b>CAL 2400</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• latte intero	250	2 yogurt intero naturale 2 yogurt intero alla frutta tè o caffè d'orzo	250 250 250
• zucchero	10		
• pane comune	50	6 biscotti primi mesi	30
<b>SPUNTINO</b>			
• 1 yogurt intero	125	1 yogurt intero alla frutta purea di frutta	125 100
<b>PRANZO</b>			
• pasta (formato medio) asciutta	80	gnocchi di patate al burro pasticcio	
• olio extrav. d'oliva	10		
• parmigiano	5		
• pollo	100	polpetta di carne, polpettone pesce	200
• verdure cotte frullate	200	purè di patate	200
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	50		
• banana	150	purea di frutta	100
<b>SPUNTINO</b>			
• purea di frutta	100	1 yogurt intero 1 yogurt intero alla frutta	125 125
<b>CENA</b>			
• pasta (formato medio) asciutta	80	creme di verdure	
• olio extrav. d'oliva	10		
• parmigiano	5		
• formaggio fresco	100	prosciutto cotto	70
• carote lessate	150	patate lessate	200
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	50		
• purea di frutta	100	banana	150

## DIETE IPOCALORICHE

L'apporto calorico prescritto deve essere attentamente valutato e stabilito in base ad età, altezza, sesso, attività fisica e stato psicofisico.

Il regime alimentare ipocalorico è rivolto a soggetti adulti in sovrappeso o obesi.

<b>DIETA IPOCALORICA</b>				<b>COD. 009</b>
<b>PROTEINE g 50</b> 24%	<b>LIPIDI g 39</b> 41%	<b>GLUCIDI g 80</b> 36%	<b>FIBRA g 15</b>	<b>CAL 850</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• latte totalmente scremato	250	1 yogurt intero tè o caffè d'orzo	125 250
• pane comune	25	fette biscottate	14
<b>PRANZO</b>			
• passato di verdura (senza pasta)	250	brodo vegetale	250
• manzo	100	pollo pesce manzo o pollo frullati	100 200 100
• verdura cotta	200	verdura cruda mista	100
• olio extrav. d'oliva	10		
• frutta fresca	150	purea di frutta	100
<b>CENA</b>			
• passato di verdura (senza pasta)	250	brodo vegetale	250
• formaggio fresco	50	ricotta prosciutto crudo magro manzo manzo o pollo frullati 2 uova sode	100 50 100 100
• verdura cruda mista	100	verdura cotta	200
• olio extrav. d'oliva	10		
• frutta fresca	150	frutta cotta	150



<b>DIETA IPOCALORICA</b>				<b>COD. 010</b>
<b>PROTEINE g 57</b> 21%	<b>LIPIDI g 43</b> 36%	<b>GLUCIDI g 124</b> 43%	<b>FIBRA g 13</b>	<b>CAL 1000</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• latte totalmente scremato	250	yogurt intero naturale tè o caffè d'orzo	125 250
• pane comune	25	2 fette biscottate	14
<b>PRANZO</b>			
• pasta in brodo	30	pasta con passato di verdura	30
• grana	5		
• manzo	100	pollo pesce manzo o pollo frullati	100 200 100
• verdura cotta	200	verdura cruda mista	100
• olio extrav. d'oliva	10		
• frutta fresca	150	purea di frutta	100
<b>CENA</b>			
• pasta con passato di verdura	30	pasta in brodo latte totalmente scremato	30 250
• grana	5		
• formaggio fresco	50	ricotta prosciutto crudo magro manzo manzo o pollo frullati 2 uova sode	100 50 100 100
• verdura cruda mista	100	verdura cotta	200
• olio extrav. d'oliva	10		
• frutta fresca	150	frutta cotta	150

<b>DIETA IPOCALORICA</b>				<b>COD. 011</b>
<b>PROTEINE g 61</b> 19%	<b>LIPIDI g 48</b> 34%	<b>GLUCIDI g 155</b> 47%	<b>FIBRA g 15</b>	<b>CAL 1250</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• latte totalmente scremato	250	yogurt intero naturale tè o caffè d'orzo	125 250
• pane comune	25	2 fette biscottate	14
<b>PRANZO</b>			
• pasta asciutta	50	riso asciutto pasta in brodo	50 30
• olio extrav. d'oliva	5		
• grana	5		
• manzo	100	pollo pesce manzo o pollo frullati	100 200 100
• verdura cotta	200	verdura cruda mista	100
• olio extrav. d'oliva	10		
• frutta fresca	150	purea di frutta	100
<b>CENA</b>			
• pasta con passato di verdura	30	pasta in brodo latte totalmente scremato	30 250
• grana	5		
• formaggio fresco	50	ricotta prosciutto crudo magro manzo manzo o pollo frullati 2 uova sode	100 50 100 100
• verdura cruda mista	100	verdura cotta	200
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	25	grissini	20
• frutta fresca	150	frutta cotta	150

<b>DIETA IPOCALORICA</b>				<b>COD. 012</b>
<b>PROTEINE g 66</b> 18%	<b>LIPIDI g 53</b> 33%	<b>GLUCIDI g 195</b> 49%	<b>FIBRA g 17</b>	<b>CAL 1500</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• latte totalmente scremato	250	yogurt intero naturale	125
		tè o caffè d'orzo	250
• pane comune	50	4 fette biscottate	28
<b>PRANZO</b>			
• pasta asciutta	80	riso asciutto	80
		pasta in brodo	30
• olio extrav. d'oliva	10		
• grana	5		
• manzo	100	pollo	100
		pesce	200
		manzo o pollo frullati	100
• verdura cotta	200	verdura cruda mista	100
• olio extrav. d'oliva	10		
• frutta fresca	150	purea di frutta	100
<b>CENA</b>			
• pasta con passato di verdura	30	pasta in brodo	30
		latte totalmente scremato	250
• grana	5		
• formaggio fresco	50	ricotta	100
		prosciutto crudo magro	50
		manzo	100
		manzo o pollo frullati	100
		2 uova sode	
• verdura cruda mista	100	verdura cotta	200
		patate lessate	200
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	25	grissini	20
• frutta fresca	150	frutta cotta	150



## DIETE PER DIABETE

Diete frazionate in tre pasti principali (colazione, pranzo, cena) e due spuntini (metà pomeriggio e dopo cena).

Prevedono l'esclusione di zuccheri semplici aggiunti, utilizzano prevalentemente alimenti a basso o medio indice glicemico (frutta, pasta, verdure, ecc.).

Tutti gli schemi dietetici includono anche preparazioni frullate (carne, verdura), carote lessate a pranzo, patate lessate a cena. La presenza di questi alimenti rende possibile l'utilizzo delle diete nella rialimentazione, nella disfagia, nella difficoltà di masticazione, in presenza di complicanze quali la diarrea.

Le patate possono essere utilizzate dal paziente anche come porzione scambio con il pane.

Hanno apporti calorici diversi (ipocaloriche, normocaloriche, ipercaloriche), la prescrizione deve essere attentamente valutata e stabilita in base ad età, altezza, sesso, attività fisica e stato metabolico.

Queste diete sono rivolte a pazienti che presentano intolleranza ai carboidrati, diabete tipo 1 e 2, diabete iatrogeno, sindrome plurimetabolica, ipoglicemie reattive, iperglicemia da stress.

Possono essere utilizzate anche per pazienti con ipertrigliceridemia.

<b>DIETA PER DIABETE</b>				<b>COD. 013</b>
<b>PROTEINE g 60</b> 20%	<b>LIPIDI g 44</b> 33%	<b>GLUCIDI g 148</b> 47%	<b>FIBRA g 14</b>	<b>CAL 1200</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• latte totalmente scremato	250	yogurt intero naturale tè o caffè d'orzo	125 250
• pane comune	25	2 fette biscottate	14
<b>PRANZO</b>			
• pasta in brodo	30	pasta con passato di verdura	30
• grana	5		
• manzo	100	pollo manzo o pollo frullati pesce prosciutto crudo magro	100 100 200 50
• verdura cotta	200	verdura cruda mista verdure cotte frullate	100 200
• olio extrav. d'oliva	10		
• frutta fresca	150	frutta cotta	150
<b>SPUNTINO</b>			
• 2 fette biscottate	14	purea di frutta	100
<b>CENA</b>			
• pasta con passato di verdura	30	pasta in brodo latte totalmente scremato	30 250
• grana	5		
• formaggio fresco	50	formaggio stagionato manzo omogeneizzato di carne 2 uova sode	40 100 80
• verdura cruda mista	100	verdura cotta	200
• olio extrav. d'oliva	10		
• frutta fresca	150	frutta cotta	150
<b>SPUNTINO</b>			
• 2 fette biscottate	14	purea di frutta	100

<b>DIETA PER DIABETE</b>				<b>COD. 014</b>
<b>PROTEINE g 68</b> 18%	<b>LIPIDI g 50</b> 30%	<b>GLUCIDI g 212</b> 52%	<b>FIBRA g 18</b>	<b>CAL 1500</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• latte totalmente scremato	250	yogurt intero naturale tè o caffè d'orzo	125 250
• pane comune	50	4 fette biscottate	28
<b>PRANZO</b>			
• pasta asciutta	50	riso asciutto pasta in brodo	50 30
• olio extrav. d'oliva	5		
• grana	5		
• manzo	100	pollo manzo o pollo frullati pesce prosciutto crudo magro	100 100 200 50
• verdura cotta	200	verdura cruda mista verdure cotte frullate	100 200
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	25	grissini	20
• frutta fresca	150	frutta cotta	150
<b>SPUNTINO</b>			
• 2 fette biscottate	14	purea di frutta	100
<b>CENA</b>			
• pasta con passato di verdura	30	pasta in brodo latte totalmente scremato	30 250
• grana	5		
• formaggio fresco	50	formaggio stagionato manzo 2 uova sode	40 100
• verdura cruda mista	100	verdura cotta	200
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	25	grissini	20
• frutta fresca	150	frutta cotta	150
<b>SPUNTINO</b>			
• 2 fette biscottate	14	purea di frutta	100

<b>DIETA PER DIABETE</b>				<b>COD. 015</b>
<b>PROTEINE g 81</b> 18%	<b>LIPIDI g 68</b> 33%	<b>GLUCIDI g 235</b> 49%	<b>FIBRA g 18</b>	<b>CAL 1800</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• latte totalmente scremato	250	yogurt intero naturale tè o caffè d'orzo	125 250
• pane comune	50	4 fette biscottate	28
<b>PRANZO</b>			
• pasta asciutta	80	riso asciutto pasta in brodo	80 30
• olio extrav. d'oliva	10		
• grana	5		
• manzo	100	pollo manzo o pollo frullati pesce prosciutto crudo magro	100 100 200 50
• verdura cotta	200	verdura cruda mista verdure cotte frullate	100 200
• olio extrav. d'oliva	10		
• frutta fresca	150	frutta cotta	150
<b>SPUNTINO</b>			
• 2 fette biscottate	14	purea di frutta	100
<b>CENA</b>			
• pasta in brodo	30	pasta con passato di verdura pasta o riso asciutti	30 50
• grana	5		
• formaggio fresco	100	formaggio stagionato manzo 2 uova sode	80 100
• verdura cruda mista	100	verdura cotta patate lessate	200 200
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	50	cracker	25
• frutta fresca	150	frutta cotta	100
<b>SPUNTINO</b>			
• 2 fette biscottate	14	purea di frutta	100



## **DIETA PER DIABETE A CONTENUTO COSTANTE DI CARBOIDRATI**

Dieta a contenuto fisso e costante di carboidrati prevalentemente complessi, utile ad evitare ampie escursioni glicemiche.

Questo schema dietetico è rivolto a pazienti con diabete instabile o con scarsa abilità nel gestire la loro patologia.

<b>DIETA PER DIABETE A CONTENUTO COSTANTE DI CARBOIDRATI</b>				<b>COD. 016</b>
<b>PROTEINE g 87 17%</b>	<b>LIPIDI g 68 30%</b>	<b>GLUCIDI g 281 53%</b>	<b>FIBRA g 22</b>	<b>CAL 2000</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• latte totalmente scremato	250	yogurt intero naturale con tè o caffè d'orzo	125 250
• pane comune	50	4 fette biscottate	28
<b>PRANZO</b>			
• pasta asciutta	80	riso asciutto	80
• olio extrav. d'oliva	10		
• grana	5		
• manzo	100	pollo manzo o pollo frullati pesce prosciutto crudo magro	100 100 200 50
• verdura cotta	200	verdura cruda mista verdure cotte frullate	100 200
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	50	cracker	25
• frutta fresca	150	purea di frutta	100
<b>SPUNTINO</b>			
• 2 fette biscottate	14	purea di frutta	100
<b>CENA</b>			
• pasta in brodo	30	pasta con passato di verdura semolino in brodo vegetale	30 30
• grana	5		
• formaggio fresco	100	formaggio stagionato manzo manzo o pollo frullati 2 uova sode	80 100 100
• verdura cruda mista	100	verdura cotta	200
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	75	cracker	50
• frutta fresca	150	frutta cotta	150
<b>SPUNTINO</b>			
• 2 fette biscottate	14	purea di frutta	100

<b>DIETA PER DIABETE</b>				<b>COD. 017</b>
<b>PROTEINE g 84</b> 17%	<b>LIPIDI g 77</b> 34%	<b>GLUCIDI g 265</b> 49%	<b>FIBRA g 21</b>	<b>CAL 2000</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• latte intero	250	yogurt intero naturale tè o caffè d'orzo	250 250
• pane comune	50	4 fette biscottate	28
<b>PRANZO</b>			
• pasta asciutta	80	riso asciutto	80
• olio extrav. d'oliva	10		
• grana	5		
• manzo	100	pollo manzo o pollo frullati pesce prosciutto crudo magro	100 100 200 50
• verdura cotta	200	verdura cruda mista carote lessate	100 150
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	50	cracker	25
• frutta fresca	150	frutta cotta	150
<b>SPUNTINO</b>			
• 2 fette biscottate	14	purea di frutta	100
<b>CENA</b>			
• pasta passato di verdura	30	creme di verdure pasta asciutta	80
• grana	5		
• formaggio fresco	100	formaggio stagionato manzo manzo o pollo frullati 2 uova sode	80 100 100
• verdura cruda mista	100	verdura cotta patate lessate	200 200
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	50	cracker	25
• frutta fresca	150	frutta cotta	150
<b>SPUNTINO</b>			
• 2 fette biscottate	14	purea di frutta	100

<b>DIETA PER DIABETE</b>				<b>COD. 018</b>
<b>PROTEINE g 94</b> 16%	<b>LIPIDI g 77</b> 29%	<b>GLUCIDI g 344</b> 55%	<b>FIBRA g 25</b>	<b>CAL 2400</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• latte intero	250	yogurt intero naturale tè o caffè d'orzo	250 250
• pane comune	75	8 fette biscottate	56
<b>PRANZO</b>			
• pasta asciutta	80	riso asciutto	80
• olio extrav. d'oliva	10		
• grana	5		
• manzo	100	pollo manzo o pollo frullati pesce prosciutto crudo magro	100 100 200 50
• verdura cotta	200	verdura cruda mista carote lessate	100 150
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	100	cracker	50
• frutta fresca	150	frutta cotta	150
<b>SPUNTINO</b>			
• 2 fette biscottate	14	purea di frutta	100
<b>CENA</b>			
• pasta in brodo	30	pasta con passato di verdura creme di verdure	30
• grana	5		
• formaggio fresco	100	formaggio stagionato manzo o pollo manzo o pollo frullati 2 uova sode	80 100 100
• verdura cruda mista	100	verdura cotta patate lessate	200 200
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	100	cracker	50
• frutta fresca	150	frutta cotta	100
<b>SPUNTINO</b>			
• 2 fette biscottate	14	purea di frutta	100

<b>DIETA PER DIABETE</b>				<b>COD. 019</b>
<b>PROTEINE g 123</b> 18%	<b>LIPIDI g 99</b> 32%	<b>GLUCIDI g 362</b> 50%	<b>FIBRA g 26</b>	<b>CAL 2800</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• latte intero	250	yogurt intero naturale tè o caffè d'orzo	250 250
• pane comune	100	10 fette biscottate	70
<b>PRANZO</b>			
• pasta asciutta	80	riso asciutto	80
• olio extrav. d'oliva	10		
• grana	5		
• manzo	100	pollo pesce	100 200
• verdura cotta	200	verdura cruda mista carote lessate	100 150
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	100	cracker	50
• frutta fresca	150	frutta cotta	150
<b>INTEGRAZIONE</b> grana	50		
<b>SPUNTINO</b>			
• 2 fette biscottate	14	purea di frutta	100
<b>CENA</b>			
• pasta in brodo	30	pasta con passato di verdura pasta asciutta	30 80
• grana	5		
• formaggio fresco	100	formaggio stagionato manzo 2 uova sode	80 100
• verdura cruda mista	100	verdura cotta patate lessate	200 200
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	100	cracker	50
• frutta fresca	150	frutta cotta	100
<b>INTEGRAZIONE</b> prosciutto cotto	50	prosciutto crudo	50
<b>SPUNTINO</b>			
• 2 fette biscottate	14	purea di frutta	100



## DIETE IPOPROTEICHE

Diete con apporto proteico ridotto e apporto calorico variabile, hanno un ridotto contenuto di potassio e fosforo.

Sono previsti alimenti aproteici (prodotti da forno) in quantità limitata solo nel menu con contenuto proteico più basso, mentre è stata esclusa la pasta aproteica perché poco accettata dai pazienti a causa della scarsa tenuta di cottura.

Diete riservate a pazienti che necessitano di una restrizione proteica per insufficienza renale di grado più o meno avanzato.

<b>DIETA IPOPROTEICA</b>					<b>COD. 020</b>
<b>PROTEINE g 40</b> 9%	<b>LIPIDI g 67</b> 33%	<b>GLUCIDI g 279</b> 58 %	Na mEq 23.7 K mEq 53.9 P mEq 79	<b>FIBRA g 18</b>	<b>CAL 1800</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• tè	250	caffè orzo	250
• zucchero	20		
• 2 fette tostate aproteiche	17	9 biscotti aproteici	55
• marmellata	50		
• burro	10		
<b>PRANZO</b>			
• pasta o riso asciutti	50	pasta in brodo semolino in brodo vegetale	30 30
• olio extrav. d'oliva	10		
• manzo	50	pollo manzo o pollo frullati pesce	50 50 70
• verdura cotta	200	verdura cruda	100
• olio extrav. d'oliva	15		
• pane comune	25	grissini	20
• frutta fresca	150	purea di frutta	100
<b>SPUNTINO</b>			
• tè	250	caffè orzo	250
• zucchero	20		
• 2 fette tostate aproteiche	17	7 biscotti aproteici	40
• marmellata	50		
<b>CENA</b>			
• pasta in brodo	30	pasta con passato	30
• formaggio fresco	50	formaggio stagionato manzo tonno	40 50 40
• verdura cruda	100	verdura cotta	200
• olio extrav. d'oliva	15		
• pane comune	25	grissini	20
• frutta fresca	150	frutta cotta	150



<b>DIETA IPOPROTEICA</b>					<b>COD. 021</b>
<b>PROTEINE g 53</b> 10%	<b>LIPIDI g 84</b> 37%	<b>GLUCIDI g 280</b> 53%	Na mEq 34.3 K mEq 60.7 P mEq 98.1	<b>FIBRA g 20</b>	<b>CAL 2000</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• latte intero	150	yogurt intero yogurt alla frutta tè o caffè orzo	125 125 250
• zucchero	10		
• 4 fette biscottate	28	pane comune	50
• marmellata	50		
• burro	10		
<b>PRANZO</b>			
• pasta o riso asciutti	50	pasta in brodo semolino in brodo vegetale	30 30
• olio extrav. d'oliva	10		
• manzo	50	pollo manzo o pollo frullati pesce	50 50 70
• verdura cotta	200	verdura cruda	100
• olio extrav. d'oliva	20		
• pane comune	50	cracker	50
• frutta fresca	150	purea di frutta	100
<b>SPUNTINO</b>			
• tè	250	caffè orzo	250
• zucchero	10		
• 2 fette biscottate	14	pane comune	25
• marmellata	25		
<b>CENA</b>			
• pasta in brodo	30	pasta con passato	30
• formaggio fresco	50	formaggio stagionato manzo tonno	40 50 40
• verdura cruda	100	verdura cotta	200
• olio extrav. d'oliva	20		
• pane comune	50	cracker	50
• frutta fresca	150	frutta cotta	150

<b>DIETA IPOPROTEICA</b>					<b>COD. 022</b>
<b>PROTEINE g 62</b> 11%	<b>LIPIDI g 86</b> 34%	<b>GLUCIDI g 330</b> 55%	Na mEq36.4 K mEq 65.2 P mEq 109	<b>FIBRA g 22</b>	<b>CAL 2250</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• latte intero	150	yogurt intero yogurt alla frutta tè o caffè orzo	125 125 250
• zucchero	10		
• 4 fette biscottate	28	pane comune	50
• marmellata	50		
• burro	10		
<b>PRANZO</b>			
• pasta o riso asciutti	80	pasta in brodo semolino in brodo vegetale	30 30
• olio extrav. d'oliva	10		
• manzo	70	pollo manzo o pollo frullati pesce	70 70 90
• verdura cotta	200	verdura cruda	100
• olio extrav. d'oliva	20		
• pane comune	50	cracker	50
• frutta fresca	150	purea di frutta	100
<b>SPUNTINO</b>			
• tè	250	caffè orzo	250
• zucchero	10		
• 4 fette biscottate	28	pane comune	50
• marmellata	50		
<b>CENA</b>			
• pasta in brodo	30	pasta con passato	30
• formaggio fresco	50	formaggio stagionato manzo tonno	40 50 40
• verdura cruda	100	verdura cotta	200
• olio extrav. d'oliva	20		
• pane comune	50	cracker	50
• frutta fresca	150	frutta cotta	150

## DIETE IPOPROTEICHE PER DIABETE

Diete con apporto proteico ridotto, apporto calorico variabile, prive di zuccheri aggiunti, frazionate in tre pasti principali (colazione, pranzo, cena) e due spuntini (metà pomeriggio e dopo cena). Hanno un ridotto contenuto di potassio e fosforo.

Sono previsti alimenti aproteici (prodotti da forno) in quantità limitata, solo nel menu con apporto calorico più elevato, perché poco accettati dai pazienti.

Diete riservate a pazienti diabetici che necessitano di una restrizione proteica per insufficienza renale.

<b>DIETA IPOPROTEICA PER DIABETE</b>					<b>COD. 023</b>
<b>PROTEINE g 45</b> 11%	<b>LIPIDI g 70</b> 39%	<b>GLUCIDI g 214</b> 50%	Na mEq 36.5 K mEq 57 P mEq 83.4	<b>FIBRA g 20</b>	<b>CAL 1600</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• tè	250	caffè orzo	250
• 4 fette biscottate	28	pane comune	50
<b>PRANZO</b>			
• pasta o riso asciutti	50	pasta in brodo semolino in brodo vegetale	30 30
• olio extrav. d'oliva	10		
• manzo	50	pollo manzo o pollo frullati pesce	50 50 70
• verdura cotta	200	verdura cruda	100
• olio extrav. d'oliva	20		
• pane comune	25	grissini	20
• frutta fresca	150	purea di frutta	100
<b>SPUNTINO</b>			
• cracker	25	grissini	20
<b>CENA</b>			
• pasta in brodo	30	pasta con passato semolino in brodo vegetale	30 30
• formaggio fresco	50	formaggio stagionato manzo tonno	40 50 40
• verdura cruda	100	verdura cotta	200
• olio extrav. d'oliva	20		
• pane comune	25	grissini	20
• frutta fresca	150	frutta cotta	150
<b>SPUNTINO</b>			
• frutta	150	purea di frutta	100

<b>DIETA IPOPROTEICA PER DIABETE</b>					<b>COD. 024</b>
<b>PROTEINE g 51</b> 11%	<b>LIPIDI g 74</b> 36%	<b>GLUCIDI g 257</b> 53%	Na mEq48.6 K mEq 58.8 P mEq 89.4	<b>FIBRA g 22</b>	<b>CAL 1850</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• tè	250	caffè orzo	250
• 4 fette biscottate	28	pane comune	50
<b>PRANZO</b>			
• pasta o riso asciutti	50	pasta in brodo semolino in brodo vegetale	30 30
• olio extrav. d'oliva	10		
• manzo	50	pollo manzo o pollo frullati pesce	50 50 70
• verdura cotta	200	verdura cruda	100
• olio extrav. d'oliva	20		
• pane comune	50	cracker	25
• frutta fresca	150	purea di frutta	100
<b>SPUNTINO</b>			
• cracker	25	grissini	20
• frutta fresca	150	purea di frutta	100
<b>CENA</b>			
• pasta in brodo	30	pasta con passato semolino in brodo vegetale	30 30
• formaggio fresco	50	formaggio stagionato manzo tonno	40 50 40
• verdura cruda	100	verdura cotta	200
• olio extrav. d'oliva	20		
• pane comune	50	cracker	25
• frutta fresca	150	frutta cotta	150
<b>• SPUNTINO</b>			
• cracker	25	grissini	20

<b>DIETA IPOPROTEICA PER DIABETE</b>					<b>COD. 025</b>
<b>PROTEINE g 50</b> 9%	<b>LIPIDI g 89</b> 37%	<b>GLUCIDI g 308</b> 54%	Na mEq 25.1 K mEq 66.3 P mEq 97.4	<b>FIBRA g 23</b>	<b>CAL 2150</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• latte intero	150	yogurt intero tè o caffè orzo	125 250
• 5 fette tostate aproteiche	42		
<b>PRANZO</b>			
• pasta o riso asciutti	80	pasta in brodo semolino in brodo vegetale	30 30
• olio extrav. d'oliva	20		
• manzo	70	pollo manzo o pollo frullati pesce	70 70 90
• verdura cotta	200	verdura cruda	100
• olio extrav. d'oliva	20		
• 3 fette tostate aproteiche	25		
• frutta fresca	150	purea di frutta	100
<b>SPUNTINO</b>			
• 2 fette tostate aproteiche	17		
• frutta fresca	150	purea di frutta	100
<b>CENA</b>			
• pasta in brodo	30	pasta con passato semolino in brodo vegetale	30 30
• formaggio fresco	50	formaggio stagionato manzo tonno	40 50 40
• verdura cruda	100	verdura cotta	200
• olio extrav. d'oliva	20		
• 4 fette tostate aproteiche	35		
• frutta fresca	150	frutta cotta	150
<b>SPUNTINO</b>			
• 2 fette tostate aproteiche	17		
• frutta fresca	150	purea di frutta	100

## DIETA IPOLIPIDICA QUALITATIVA

Dieta caratterizzata da una restrizione dell'apporto lipidico.

Indicata per pazienti con ipercolesterolemia, epatogestosi, pancreatite cronica, ecc..

Nell'alterazione del metabolismo lipidico caratterizzata da ipertrigliceridemia è invece necessaria una riduzione dell'apporto glucidico, in particolare di zuccheri semplici.

Nell'ipertrigliceridemia si consiglia di utilizzare gli schemi dietetici per diabetici.

<b>DIETA IPOLIPIDICA QUALITATIVA</b>					<b>COD. 026</b>		
<b>PROTEINE g 87 20%</b>	<b>LIPIDI g 42      22%</b>				<b>GLUCIDI g 274 58%</b>	<b>FIBRA g 22</b>	<b>CAL 1750</b>
	saturi 4.8%	polins. 2.7%	monoins. 13%	colest. mg. 141			

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• latte totalmente scremato	250	tè o caffè d'orzo	250
• zucchero	10		
• pane comune	50	4 fette biscottate	28
<b>PRANZO</b>			
• pasta asciutta	80	riso asciutto	80
		pasta in brodo vegetale	30
• olio extrav. d'oliva	10		
• grana	5		
• manzo	100	pollo	100
		pesce	200
		manzo o pollo frullati	100
• verdura cotta	200	verdura cruda mista	100
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	50		
• frutta fresca	150	purea di frutta	100
<b>SPUNTINO</b>			
• frutta	150	purea di frutta	100
<b>CENA</b>			
• pasta con passato di verdura	30	pasta in brodo vegetale	30
• grana	5		
• pollo	100	formaggio fresco (3 v. la settimana)	50
		prosciutto crudo magro	50
		manzo	100
		manzo o pollo frullati	100
• verdura cruda mista	100	verdura cotta	200
		patate lessate	200
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	50		
• frutta fresca	150	frutta cotta	150



## DIETA ALIPIDICA

Regime dietetico privo di lipidi. E' prescritto **esclusivamente dal Medico curante**.

Non appena le condizioni cliniche del paziente lo consentiranno, sarà opportuno passare ad una dieta più completa dal punto di vista nutrizionale.

Dieta riservata a pazienti post-chirurgici che richiedono, proprio per l'intervento a cui sono stati sottoposti, un'alimentazione priva di lipidi.



# AZIENDA OSPEDALIERA DI PADOVA

Servizio di Dietetica e Nutrizione Clinica

Direttore: Prof. Lorenza Caregaro Negrin



<b>DIETA ALIPIDICA</b>				<b>COD. 027</b>
<b>PROTEINE g 83</b> 18%	<b>LIPIDI g 11</b> 5%	<b>GLUCIDI g 384</b> 77%	<b>FIBRA g 28</b>	<b>CAL 1850</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• tè	250	caffè d'orzo	250
• zucchero	10		
• pane comune	50	4 fette biscottate	28
• marmellata	50		
<b>SPUNTINO</b>			
• frutta	150	purea di frutta	100
<b>PRANZO</b>			
• pasta o riso asciutti	80	pasta in brodo vegetale	30
• manzo	100	pollo pesce	100 200
• verdura cotta	200	verdura cruda mista	100
• pane comune	50	4 fette biscottate	28
• frutta fresca	150	purea di frutta	100
<b>SPUNTINO</b>			
• tè	250		
• zucchero	10		
• pane comune	50	4 fette biscottate	28
• marmellata	50		
<b>CENA</b>			
• pasta in brodo vegetale	30	pasta con verdure	30
• manzo	100	pollo prosciutto crudo magro	100 50
• verdura cruda mista	100	verdura cotta patate lessate	200 200
• pane comune	50	4 fette biscottate	28
• frutta fresca	150	frutta cotta	150
<b>SPUNTINO</b>			
• 4 fette biscottate	28		

## DIETA IPOSODICA

Dieta a contenuto di sodio ristretto, equilibrata, normocalorica, frazionata in tre pasti principali (colazione, pranzo, cena) e uno spuntino (dopo cena).

Non è prevista l'aggiunta di sale nella preparazione degli alimenti.

Comprende, oltre a cibi di consistenza tradizionale, anche preparazioni frullate.

Indicata nella cirrosi epatica scompensata con ascite, nell'ipertensione, nello scompenso cardiaco, in tutti i casi in cui sia richiesta una riduzione dell'apporto alimentare di sodio o una dieta a contenuto noto di sodio.

<b>DIETA IPOSODICA</b>					<b>COD. 028</b>
<b>PROTEINE g 79</b> 16%	<b>LIPIDI g 73</b> 32%	<b>GLUCIDI g 281</b> 52%	<b>Na mEq 30</b>	<b>FIBRA g 21</b>	<b>CAL 2000</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• latte intero	150	yogurt intero naturale yogurt intero alla frutta tè o caffè d'orzo	125 125 250
• zucchero	10		
• pane senza sale	50	4 fette biscottate	28
• marmellata	50		
<b>PRANZO</b>			
• pasta o riso asciutti	80	pasta in brodo vegetale	30
• olio extrav. d'oliva	10		
• manzo	100	pollo manzo o pollo frullati pesce	100 100 200
• verdura cotta	200	purè di patate	200
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane senza sale	50	4 fette biscottate	28
• frutta fresca	150	purea di frutta	100
<b>CENA</b>			
• pasta in brodo vegetale	30	pasta con passato di verdura pasta o riso asciutti	30 80
• formaggio fresco	100	manzo pollo frullato 2 uova sode	100 100
• verdura cruda mista	100	patate lessate verdure cotte frullate	200 200
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane senza sale	50	4 fette biscottate	28
• frutta fresca	150	frutta cotta	100
<b>SPUNTINO</b>			
• yogurt intero naturale	125	yogurt intero alla frutta 4 fette biscottate	125 28

## DIETA IPOSODICA PER EPATOPATIA CON IPERAMMONIEMIA

Dieta a contenuto di sodio moderatamente ristretto, equilibrata, con ridotto apporto di proteine della carne, frazionata in tre pasti principali (colazione, pranzo, cena) e due spuntini (metà pomeriggio e dopo cena).

Non è prevista l'aggiunta di sale nella preparazione degli alimenti.

Comprende, oltre a cibi di consistenza tradizionale, anche preparazioni frullate.

Indicata nella cirrosi epatica scompensata da encefalopatia epatica, nell'iperammoniemia.

<b>DIETA IPOSODICA PER EPATOPATIA CON IPERAMMONIEMIA</b>					<b>COD. 029</b>
<b>PROTEINE g 74 14%</b>	<b>LIPIDI g 70 31%</b>	<b>GLUCIDI g 303 55%</b>	<b>Na mEq. 35</b>	<b>FIBRA 24 g</b>	<b>CAL 2000</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• latte intero	150	yogurt intero naturale yogurt intero alla frutta tè o caffè d'orzo	125 125 250
• zucchero	10		
• pane senza sale	50	4 fette biscottate	28
• marmellata	50		
<b>PRANZO</b>			
• pasta asciutta	80	riso asciutto pasta in brodo vegetale	80 30
• olio extrav. d'oliva	10		
• manzo	50	pollo pesce emmenthal	50 100 80
• verdura cotta	200	verdure cotte frullate	200
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	50	4 fette biscottate	28
• frutta fresca	150	purea di frutta	100
<b>SPUNTINO</b>			
• frutta fresca	150	purea di frutta	100
<b>CENA</b>			
• pasta in brodo vegetale	30	pasta con passato di verdura pasta o riso asciutti	30 80
• formaggio fresco	100	manzo o pollo manzo o pollo frullati	50 50
• verdura cruda mista	100	verdure cotte frullate	200
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	50	4 fette biscottate	28
• frutta cotta	150	purea di frutta	100
<b>SPUNTINO</b>			
• yogurt intero	125	yogurt intero alla frutta 4 fette biscottate	125 28

## **DIETA IPOSODICA PER EPATOPATIA CON IPERAMMONIEMIA PRIVA DI ZUCCHERI AGGIUNTI**

Dieta a contenuto di sodio moderatamente ristretto, equilibrata, con ridotto apporto di proteine della carne, povera di zuccheri semplici, frazionata in tre pasti principali (colazione, pranzo, cena) e due spuntini (metà pomeriggio e dopo cena).

Non è prevista l'aggiunta di sale nella preparazione degli alimenti.

Comprende, oltre a cibi di consistenza tradizionale, anche preparazioni frullate.

Indicata per pazienti diabetici con cirrosi epatica scompensata da encefalopatia epatica, per pazienti diabetici con iperammoniemia.

<b>DIETA IPOSODICA PER EPATOPATIA IPERAMMONIEMIA PRIVA DI ZUCCHERI AGGIUNTI</b>					<b>COD. 030</b>
<b>PROTEINE g 75</b> 16%	<b>LIPIDI g 71</b> 33%	<b>GLUCIDI g 254</b> 51%	<b>Na mEq 42</b>	<b>FIBRA 20 g</b>	<b>CAL 1950</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• latte intero	150	yogurt intero naturale tè o caffè d'orzo	125 250
• pane senza sale	50	4 fette biscottate	28
<b>PRANZO</b>			
• pasta asciutta	80	riso asciutto pasta in brodo vegetale	80 30
• olio extrav. d'oliva	10		
• manzo	50	pollo pesce emmental	50 100 80
• verdura cotta	200	verdure cotte frullate	200
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	50	4 fette biscottate	28
• frutta fresca	150	purea di frutta	100
<b>SPUNTINO</b>			
• fette biscottate	14	purea di frutta	100
<b>CENA</b>			
• pasta in brodo vegetale	30	pasta con passato di verdura pasta o riso asciutti	30 80
• formaggio fresco	100	manzo o pollo manzo o pollo frullati	50 50
• verdura cruda	100	verdure cotte frullate	200
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	50	4 fette biscottate	28
• frutta cotta	150	purea di frutta	100
<b>SPUNTINO</b>			
• yogurt intero	125	4 fette biscottate	28



## PRIVA DI GLUTINE

Dieta priva di glutine, normocalorica, equilibrata, frazionata in tre pasti principali (colazione, pranzo, cena) e uno spuntino (dopo cena).

Comprende alimenti naturalmente privi di glutine, prodotti con il marchio "spiga sbarrata", prodotti notificati dal Ministero della Salute.

Esclude gli alimenti a rischio per i quali il Capitolato non prevede la sicura assenza di glutine (esempio: marmellate, yogurt alla frutta, prosciutto cotto, dadi - preparati per brodo).

Comprende cibi di consistenza tradizionale, preparazioni alimentari a basso residuo, preparazioni frullate e omogeneizzate.

Indicata nell'intolleranza al glutine o malattia celiaca.

<b>DIETA PRIVA DI GLUTINE</b>				<b>COD. 031</b>
<b>PROTEINE g 68</b> 14%	<b>LIPIDI g 75</b> 36%	<b>GLUCIDI g 251</b> 50%	<b>FIBRA g 15</b>	<b>CAL 1900</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• latte intero	250	yogurt intero naturale tè	250 250
• zucchero	10		
• 2 fette tostate prive di glutine	12	9 biscotti privi di glutine	56
• miele	50		
<b>PRANZO</b>			
• pasta priva di glutine	80	riso asciutto pasta priva di glutine in brodo veg.	80 30
• olio extrav. d'oliva	10		
• grana	5		
• manzo	100	pollo manzo o pollo frullati pesce	100 100 200
• verdura cotta	200	purè di patate verdura cotta frullata	200 200
• olio extrav. d'oliva	10		
• 2 fette tostate prive di glutine	12		
• frutta fresca	150	frutta cotta	150
<b>CENA</b>			
• pasta priva di glut. in brodo vegetale	30	pasta priva di glut. con pass.di verd. pasta priva di glut. o riso asciutti	30 80
• grana	5		
• formaggio fresco	100	formaggio stagionato prosciutto crudo manzo	80 50 100
• verdura cruda mista	100	patate lessate verdure cotte frullate	200 200
• olio extrav. d'oliva	10		
• 2 fette tostate prive di glutine	12		
• frutta fresca	150	frutta cotta	150
<b>SPUNTINO</b>			
• frutta fresca	150	frutta cotta	150

## DIETA PRIVA DI PROTEINE DEL LATTE

Questa dieta prevede l'esclusione del latte e di tutti i suoi derivati (yogurt, formaggi, burro, panna).

Anche alimenti come fette biscottate e biscotti devono essere eliminati, a meno che non si sia certi della loro composizione.

Particolare attenzione dovrà essere posta anche al consumo di insaccati, nei quali spesso sono aggiunte proteine del latte.

Un regime alimentare di questo tipo limita l'assunzione di calcio a circa 150 mg (mEq 1.8) al giorno, sarà necessario integrare la dieta avvalendosi anche di acque ricche di tale minerale.

E' destinata a tutti i pazienti con intolleranza o allergia alle proteine del latte.

<b>DIETA PRIVA DI PROTEINE DEL LATTE</b>					<b>COD. 032</b>
<b>PROTEINE g 73</b> 16%	<b>LIPIDI g 44</b> 22%	<b>GLUCIDI g 302</b> 62 %	<b>FIBRA</b> g 21	<b>Ca mEq 1.8</b>	<b>CAL 1800</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• tè o caffè d'orzo	250		
• zucchero	10		
• pane comune	50		
• marmellata	50		
<b>PRANZO</b>			
• pasta o riso asciutti	80	pasta in brodo	30
• olio extrav. d'oliva	10		
• manzo	100	pollo pesce prosciutto crudo magro 2 uova	100 200 50
• verdura cotta	200	carote lessate	150
• olio extrav. oliva	10		
• pane comune	50		
• frutta cruda	150	purea di frutta	100
<b>CENA</b>			
• pasta in brodo	30	pasta o riso asciutti pasta con passato di verdure	80 30
• manzo	100	pollo pesce prosciutto crudo magro 2 uova	100 200 50
• patate lessate	200	verdura cruda mista	100
• olio oliva extravergine	10		
• pane comune	50		
• frutta cruda o cotta	150	purea di frutta	100

## DIETA IPOALLERGENICA

Dieta costituita da alimenti naturali a basso potere antigenico.

Ha un contenuto calorico moderatamente ridotto e non garantisce un apporto sufficiente di calcio.

Come condimento prevede solo l'utilizzo di olio extravergine d'oliva e sale.

Sono esclusi: pasta all'uovo, grana grattugiato, dadi-preparati per brodo, limone, erbe aromatiche, spezie.

Il brodo vegetale utilizzato è preparato solo con patate e carote fresche.

Comprende, oltre ai cibi di consistenza tradizionale, anche preparazioni frullate.

Indicata per pazienti con allergie o intolleranze alimentari in fase di accertamento o già note: allergia al pesce, all'uovo, alle proteine del latte, intolleranza al glutammato monosodico (dadi - preparati per brodo) e al lattosio, altre allergie o intolleranze.

<b>DIETA IPOALLERGENICA</b>				<b>COD. 033</b>
<b>PROTEINE g 69</b> 17%	<b>LIPIDI g 43</b> 23%	<b>GLUCIDI g 267</b> 60%	<b>FIBRA g 23</b>	<b>CAL 1650</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• tè senza limone	250		
• zucchero	10		
• pane comune	50		
<b>PRANZO</b>			
• pasta asciutta	80	riso asciutto	80
		pasta in brodo vegetale	30
		semolino in brodo vegetale	30
• olio extrav. d'oliva	10		
• manzo	100	tacchino	100
		manzo o tacchino tritati	100
• carote lessate	150	lattuga	50
		patate lessate	200
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	50		
• mela cruda o cotta	150	pera cruda o cotta	150
<b>SPUNTINO</b>			
• mela	150	pera	150
<b>CENA</b>			
• pasta in brodo vegetale	30	crema di riso in brodo vegetale	30
		pasta con passato di patate e carote	30
		pasta o riso asciutti	80
• manzo	100	tacchino	100
		manzo o tacchino frullati	100
• lattuga	50	patate lessate	200
		carote lessate	150
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	50		
• mela cruda o cotta	150	pera cruda o cotta	150

## DIETA A BASSA CARICA MICROBICA

Dieta normocalorica in cui sono presenti alimenti che per il metodo di preparazione, cottura e confezionamento (sottovuoto, monodose, ecc.), assicurano un maggiore controllo della carica microbica.

Per ottenere ciò ci si avvale di particolari metodi di preparazione degli alimenti in una zona riservata del Centro Cottura, con specifici sistemi di lavaggio e pulizia delle stoviglie.

La dieta è riservata a pazienti con immunodepressione, sottoposti a trattamenti antitumorali intensivi.

<b>DIETA A BASSA CARICA MICROBICA</b>				<b>COD. 034</b>
<b>PROTEINE g 84</b> 18%	<b>LIPIDI g 76</b> 36%	<b>GLUCIDI g 234</b> 46%	<b>FIBRA g 17</b>	<b>CAL 1900</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• latte intero UHT	250	latte Zymil	250
		tè o caffè d'orzo	250
• zucchero	10		
• 4 fette biscottate	28	biscotti confezionati	25
• marmellata	25	brioche confezionata	40
<b>PRANZO</b>			
• pasta o riso asciutti	80	pastina micron asciutta	80
		pastina micron in brodo	30
• olio extrav. d'oliva	10		
• grana	5		
• manzo	100	pollo	100
		omogeneizzato di carne	80
		tonno in scatola	80
		grana intero	50
• verdura cotta	200	purè di patate	200
• olio extrav. d'oliva	10		
• cracker	25	grissini	20
• frutta cotta	150	purea di frutta	100
<b>CENA</b>			
• pasta in brodo	30	pastina micron con pass. di verd.	30
		semolino in brodo vegetale	30
• grana	5		
• emmenthal	80	asiago	80
		grana intero	50
		manzo o pollo	100
		omogeneizzato di carne	80
• verdura cotta	200	patate lessate	200
• olio extrav. d'oliva	10		
• cracker	25	grissini	20
• frutta cotta	150	purea di frutta	100



## DIETA IPERCALORICA

Dieta ad elevato contenuto proteico/calorico, è caratterizzata dalla presenza di alimenti aggiuntivi che possono essere chiesti facoltativamente dal paziente in relazione alle specifiche esigenze.

Indicata soprattutto per pazienti ipermetabolici e ipercatabolici, che necessitano di un elevato apporto calorico-proteico, per i quali la dieta fisiologica comune è insufficiente.

<b>DIETA IPERCALORICA</b>				<b>COD. 035</b>
<b>PROTEINE g 124</b> 17%	<b>LIPIDI g 94</b> 30%	<b>GLUCIDI g 400</b> 53%	<b>FIBRA g 26</b>	<b>CAL 2850</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• latte intero	250	tè o caffè d'orzo	250
• zucchero	10		
• pane comune	100	10 fette biscottate	70
• marmellata	50		
<b>SPUNTINO</b>			
• cracker	25		
<b>PRANZO</b>			
• pasta o riso asciutti	80	risotto o pasticcio o gnocchi	
• grana	5		
• olio extrav. d'oliva	10		
• manzo	100	pollo	100
		pesce	200
• verdura cotta	200	verdura cruda mista	150
		purè di patate	200
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	100	cracker	50
• frutta fresca	150	purea di frutta	100
<b>INTEGRAZIONE FACOLTATIVA</b>			
• grana	50		
<b>CENA</b>			
• pasta in brodo	30	pasta con passato di verdure	30
		pasta o riso asciutti	80
• grana	5		
• formaggio fresco	100	formaggio stagionato	80
		manzo o pollo	100
• verdura cruda mista	100	patate lessate	200
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	100	cracker	50
• frutta cotta	150	purea di frutta	100
<b>INTEGRAZIONE FACOLTATIVA</b>			
• prosciutto cotto	50	prosciutto crudo	50

## DIETA LATTO OVO VEGETARIANA

Dieta normocalorica, contiene proteine animali provenienti esclusivamente da latte, derivati del latte, uova. Sono previsti legumi, come secondo piatto, a pranzo e a cena.

E' riservata ai degenti che, per scelta personale, desiderano seguire un regime dietetico con queste caratteristiche.

<b>DIETA LATTO OVO VEGETARIANA</b>				<b>COD. 036</b>
<b>PROTEINE g 76</b> 15%	<b>LIPIDI g 66</b> 29%	<b>GLUCIDI g 301</b> 56%	<b>FIBRA g 27</b>	<b>CAL 2000</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• latte parz. scremato	250	yogurt intero yogurt alla frutta tè o caffè d'orzo	125 125 250
• zucchero	10		
• pane comune	50	4 fette biscottate	28
• marmellata	25		
<b>PRANZO</b>			
• pasta o riso asciutti	80	risotto o gnocchi	
• olio extrav. d'oliva	10		
• grana	5		
• legumi freschi	150	formaggio fresco formaggio stagionato 2 uova	100 70
• verdura cotta	200	verdura cruda mista purè	100 200
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	50	cracker	25
• frutta fresca	150	purea di frutta	100
<b>CENA</b>			
• pasta in brodo	30	pasta con verdure	30
• grana	5		
• formaggio fresco	100	formaggio stagionato 2 uova legumi freschi	70 150
• verdura cruda mista	100	patate lessate verdura cotta	200 200
• olio ex. d'oliva	10		
• pane comune	50	cracker	25
• frutta fresca	150	frutta cotta	150

## DIETA PER RICOVERI A PAGAMENTO

Dieta normocalorica, offre una scelta di primi e secondi piatti più ampia rispetto al menu comune.

E' riservata a tutti degenti paganti in proprio, che non necessitano di interventi nutrizionali mirati.

<b>DIETA PER RICOVERI A PAGAMENTO</b>				<b>COD. 037</b>
<b>PROTEINE g 81</b> 17%	<b>LIPIDI g 70</b> 32%	<b>GLUCIDI g 267</b> 51%	<b>FIBRA g 20</b>	<b>CAL 1950</b>

ALIMENTI	GRAMMI	ALCUNE ALTERNATIVE	GRAMMI
<b>COLAZIONE</b>			
• latte parz. scremato	250	yogurt alla frutta tè o caffè d'orzo	125 250
• zucchero	10		
• pane comune	50	brioche	40
• marmellata	25		
<b>PRANZO</b>			
• pasta o riso asciutti	80	risotto o pasticcio o gnocchi	
• olio extrav. d'oliva	10		
• grana	5		
• manzo	100	pollo pesce prosciutto crudo	100 200 50
• verdura cotta	200	verdura cruda mista purè	100 200
• olio extrav. d'oliva	10		
• pane comune	50	cracker	25
• frutta fresca	150	purea di frutta	100
<b>CENA</b>			
• pasta in brodo	30	pasta con verdure	30
• grana	5		
• formaggio fresco	100	formaggio stagionato prosciutto cotto prosciutto crudo manzo	70 70 50 100
• verdura cruda mista	100	patate lessate verdura cotta	200 200
• olio ex. d'oliva	10		
• pane comune	50	cracker	25
• frutta fresca	150	frutta cotta	150

## DIETA RICETTATA

Dieta personalizzata prescritta dalla Dietista.

E' indicata per pazienti, la cui dietoterapia non può essere gestita con le diete codificate.