

VITTO NORMALE

**REGIME NORMALE
NORMOCALORICOBILANCIATO
A PIÙ VARIANTI**

COMPOSIZIONE BROMATOLOGICA MEDIA:

CALORIE	2732
PROTEINE	g 119
LIPIDI	g 90
GLICIDI	g 386

DIETA-BASE :

LATTE PARZIALMENTE SCREMATO	g 250
ORZO SOLUBILE	g 7
FETTE BISCOTTATE	g 20
MARMELLATA	g 25
ZUCCHERO	g 20
PASTA	g 200
PARMIGIANO GRATTUGIATO	g 20
CARNE MAGRA	g 130
VERDURE — ORTAGGI	g 500
PANE	g 200
MOZZARELLA	g 125
OLIO	g 50
ACQUA MINERALE NATURALE NON GASATA	cl 150

DIETE STANDARD

DIETE IPOGLICIDICHE PER DIABETICI

A PIÙ VARIANTI

NORMATIVE SPECIFICHE PER TUTTE LE DIETE IPOGLICIDICHE

Per questi regimi dietetici si intendono vietati: ZUCCHERO (anche per usi di cucina, ad es. come ingrediente nella salsa di pomodoro), YOGURT GIÀ ZUCCHERATI, SUCCHI DI FRUTTA GIÀ ZUCCHERATI, CONFETTURE DI FRUTTA, alcuni tipi di frutta fresca ad alto contenuto di glucosio quali: UVA, BANANE, FICHI, MANDARINI, CACHI.

DIETE STANDARD

DIETA IPOGLUCIDICA (I) CAL. 1240

COMPOSIZIONE BROMATOLOGICA MEDIA:

CALORIE TOTALI	1240,19
PROTEINE	g 72,46
LIPIDI	g 32,15
GLICIDI	g 165,25

DIETA-BASE

LATTE PARZIALMENTE SCREMATO	g 200
FETTE BISCOTTATE	g 20
FRUTTA FRESCA	g 200
PASTA	g 50
CARNE MAGRA	g 150
LATTUGA	g 400
PANE	g 100
MOZZARELLA	g 50
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA	g 15
ACQUA MINERALE NATURALE NON GASATA	cl 150

DIETE STANDARD

DIETA IPOGLICIDICA (I) CALORIE TOTALI 1240

COLAZIONE

Una scelta tra:

latte parzialmente scremato (g 100) + orzo solubile (g 7);
orzo solubile (g 10) in acqua q.b.;
the (n° 1 bustina) in acqua q.b. + limone q.b.;
yogurt parzialmente scremato senza zucchero (n° 1 vasetto da g 125);
fette biscottate (g 20) (monoporzione);
acqua minerale naturale non gasata cl 150 (quant. totale giornaliero).

PRIMO SPUNTINO (ORE 10:00)

frutta fresca (g 100) (da variare ogni giorno, ad esclusione di quella vietata).

PRANZO

Una scelta di primi piatti tra:

pasta (g 50) al pomodoro;
pastina (g 50) in brodo vegetale;
pastina (g 50) all'olio;
pastina (g 50) al pomodoro;
riso (g 50) con minestrone;
verdura (g 200) lessa.

Una scelta di secondi piatti tra:

carne magra (bovino adulto) (g 150) bistecca ai ferri;
petto di pollo (g 150) ai ferri;
pesce (g 170) ai ferri;
carne magra (bovino adulto) tritata (g 130) polpettine in brodo vegetale;
mozzarella (g 70).

Una scelta di contorni tra:

lattuga (g 200) in insalata;
fagiolini (g 200) in insalata;
pomodoro (g 200) in insalata;
lattuga (g 100) + pomodoro (g 100) insalata mista;
carote (g 200) crude, in insalata.

pane di semola g 50 in confezione monoporzione;

olio extravergine di oliva g 10 (quantitativo totale per il PRANZO).

SECONDO SPUNTINO (ORE 16:00) (MERENDA)

frutta fresca g 100 (da variare ogni giorno, ad esclusione di quella vietata).

CENA

Una scelta di primi piatti tra:

verdura (g 200) lessa;
spinaci (g 200) lessi;
fagiolini (g 200) lessi;
verdure miste (g 200) zuppa di verdure.

Una scelta di secondi piatti tra:

mozzarella (g 50);
prosciutto cotto (g 40);
provoletta (g 40);
emmenthal (g 40);
petto di pollo (g 130) ai ferri.

Una scelta di contorni tra:

lattuga (g 200) in insalata;
carote crude (g 200) in insalata;
pomodoro (g 200) in insalata;
pomodoro (g 100) + lattuga (g 100) insalata mista.

pane di semola (g 50) in monoporzione;

olio extravergine d'oliva (g 5) (quantitativo totale per la CENA).

DIETE STANDARD

DIETA IPOGLICIDICA (II) CAL 1567

COMPOSIZIONE BROMATOLOGICA MEDIA:

CALORIE TOTALI	1567
PROTEINE	g 80,89
LIPIDI	g 46,98
GLICIDI	g 205,52

DIETA – BASE:

LATTE PARZIALMENTE SCREMATO	g 200
FETTE BISCOTTATE	g 40
FRUTTA FRESCA	g 400
PASTA	g 50
CARNE MAGRA	g 150
LATTUGA	g 400
PANE	g 100
MOZZARELLA	g 80
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA	g 40
ACQUA MINERALE NATURALE NON GASATA	cl 150

DIETE STANDARD

DIETA IPOGLICIDICA (II)
CALORIE TOTALI 1567

COLAZIONE

Una scelta tra:

latte parzialmente scremato (g 200) + orzo solubile (g 7);
orzo solubile (g 10) in acqua q.b.;
the (n° 1 bustina) in acqua q.b. + limone q.b.;
yogurt parzialmente scremato senza zucchero (n° 1 vasetto da g 125);
fette biscottate (g 40) (monoporzione);
acqua minerale naturale non gasata cl 150 (quant. totale giornaliero).

PRIMO SPUNTINO (ORE 10:00)

frutta fresca (g 100) (da variare ogni giorno, ad esclusione di quella vietata).

PRANZO

Una scelta di primi piatti tra:

pasta (g 50) al pomodoro;
pastina (g 50) in brodo vegetale;
pastina (g 50) all'olio;
pastina (g 50) al pomodoro;
riso (g 50) con minestrone;
verdura (g 200) lessa.

Una scelta di secondi piatti tra:

carne magra (bovino adulto) (g 150) bistecca ai ferri;
petto di pollo (g 150) ai ferri;
pesce (g 170) ai ferri;
carne magra (bovino adulto) tritata (g 130) polpettine in brodo vegetale;
mozzarella (g 70).

Una scelta di contorni tra:

lattuga (g 200) in insalata;
fagiolini (g 200) in insalata;
pomodoro (g 200) in insalata;
lattuga (g 100) + pomodoro (g 100) insalata mista;
carote (g 200) crude, in insalata.

pane di semola g 50 in confezione monoporzione;
olio extravergine di oliva g 30 (quantitativo totale per il PRANZO).

SECONDO SPUNTINO (ORE 16:00) (MERENDA)

frutta fresca g 100 (da variare ogni giorno, ad esclusione di quella vietata).

CENA

Una scelta di primi piatti tra:

verdura (g 200) lessa;
spinaci (g 200) lessi;
fagiolini (g 200) lessi;
verdure miste (g 200) zuppa di verdure.

Una scelta di secondi piatti tra:

mozzarella (g 50);
prosciutto cotto (g 40);
provoletta (g 40);
emmenthal (g 40);
petto di pollo (g 130) ai ferri.

Una scelta di contorni tra:

lattuga (g 200) in insalata;
carote crude (g 200) in insalata;
pomodoro (g 200) in insalata;
pomodoro (g 100) + lattuga (g 100) insalata mista.

pane di semola (g 50) in monoporzione;

olio extravergine d'oliva (g 10) (quantitativo totale per la CENA).

DIETE STANDARD

DIETA IPOGLICIDICA (III) CAL 2077

COMPOSIZIONE BROMATOLOGICA MEDIA:

CALORIE TOTALI	2076,95
PROTEINE	g 94,97
LIPIDI	g 67,79
GLICIDI	g 271,74

DIETA – BASE:

LATTE PARZIALMENTE SCREMATO	g 200
FETTE BISCOTTATE	g 40
FRUTTA FRESCA	g 400
PASTA	g 80
CARNE MAGRA	g 150
LATTUGA	g 400
PANE	g 160
MOZZARELLA	g 100
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA	g 40
ACQUA MINERALE NATURALE NON GASATA	cl 150

DIETE STANDARD

DIETA IPOGLICIDICA (III)
CALORIE TOTALI 2077

COLAZIONE

Una scelta tra:

latte parzialmente scremato (g 200) + orzo solubile (g 7);
orzo solubile (g 10) in acqua q.b.;
the (n° 1 bustina) in acqua q.b. + limone q.b.;
yogurt parzialmente scremato senza zucchero (n° 1 vasetto da g 125);
fette biscottate (g 40) (monoporzione);
acqua minerale naturale non gasata cl 150 (quant. totale giornaliero).

PRIMO SPUNTINO (ORE 10:00)

frutta fresca g 100 (da variare ogni giorno, ad esclusione di quella vietata).

PRANZO

Una scelta di primi piatti tra:

pasta (g 80) al pomodoro;
pastina (g 80) in brodo vegetale;
pastina (g 80) all'olio;
pasta (g 80) al ragù;
riso (g 80) con minestrone;
verdura (g 200) lessa.

Una scelta di secondi piatti tra:

carne magra (bovino adulto) (g 150) bistecca ai ferri;
petto di pollo (g 150) ai ferri;
pesce (g 170) ai ferri;
carne magra (bovino adulto) tritata (g 130) polpettine in brodo vegetale;
mozzarella (g 70).

Una scelta di contorni tra:

lattuga (g 200) in insalata;
fagiolini (g 200) in insalata;
pomodoro (g 200) in insalata;
lattuga (g 100) + pomodoro (g 100) insalata mista;
carote (g 200) crude, in insalata.

pane di semola g 80 in confezione monoporzione;

olio extravergine di oliva g 30 (quantitativo totale per il PRANZO).

SECONDO SPUNTINO (ORE 16:00) (MERENDA)

frutta fresca g 100 (da variare ogni giorno, ad esclusione di quella vietata).

CENA

Una scelta di primi piatti tra:

verdura (g 200) lessa;
spinaci (g 200) lessi;
fagiolini (g 200) lessi;
verdure miste (g 200) zuppa di verdure.

Una scelta di secondi piatti tra:

mozzarella (g 50);
prosciutto cotto (g 40);
provoletta (g 40);
emmental (g 40);
petto di pollo (g 130) ai ferri.

Una scelta di contorni tra:

lattuga (g 200) in insalata;
carote crude (g 200) in insalata;
pomodoro (g 200) in insalata;
pomodoro (g 100) + lattuga (g 100) insalata mista.

pane di semola (g 80) in monoporzione;

olio extravergine d'oliva (g 10) (quantitativo totale per la CENA).

DIETE IPOPROTEICHE

A PIÙ VARIANTI

NORMATIVE GENERICHE PER TUTTE LE DIETE IPOPROTEICHE

Per questi regimi dietetici si intendono vietati: LATTE, YOGURT, FORMAGGI COME INGREDIENTI DELLE PIETANZE CALDE (ad es. PARMIGIANO GRATTUGIATO nel primo piatto) LEGUMI, BANANE, tutti gli ALIMENTI CONSERVATI ADDIZIONATI DI POLIFOSFATI, SUCCHI DI FRUTTA.

L'uso del SALE, qualora non ne venga indicata la grammatura, deve essere ridotto al minimo.

VITTO SPECIALE
DIETE STANDARD

DIETA IPOPROTEICA (I) CAL. 1897 – PROT. g 35

SENZA ZUCCHERO

COMPOSIZIONE BROMATOLOGICA MEDIA:

CALORIE TOTALI	1896,96
PROTEINE	g 35,19
LIPIDI	g 73,93
GLICIDI	g 290,89

DIETA – BASE:

THE	n° 1 bustina
FETTE BISCOTTATE APROTEICHE	g 40
PASTA APROTEICA	g 160
PANE APROTEICO	g 80
CARNE MAGRA	g 80
LATTUGA	g 300
MOZZARELLA	g 50
FRUTTA FRESCA	g 400
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA	g 50
ACQUA MINERALE NATURALE NON GASATA	cl 150

NORMATIVE SPECIFICHE: per questo regime dietetico, destinato a pazienti diabetici con insufficienza renale, oltre la necessità di attenersi alle normative previste per tutti i regimi ipoproteici, è da considerarsi valido anche quanto previsto per le diete ipoglicidiche: pertanto è vietato l'uso dello ZUCCHERO, anche per gli usi di cucina.
Si intendono vietati, inoltre, YOGURT GIÀ ZUCCHERATI, SUCCHI DI FRUTTA, CONFETTURA DI FRUTTA, FRUTTA FRESCA AD ELEVATO CONTENUTO DI GLUCOSIO: UVA, FICHI, BANANE, MANDARINI, CACHI.

DIETE STANDARD

DIETA IPOPROTEICA SENZA ZUCCHERO (I)
CALORIE TOTALI 1897 – PROTEINE g 35

COLAZIONE

the (n° 1 bustina) in acqua q.b. + poco limone;
fette biscottate aproteiche (g 40) (monoporzioni);
acqua minerale naturale non gasata cl 150 (quantitativo totale giornaliero).

PRANZO

Una scelta di primi piatti tra:

pasta aproteica (g 80) al pomodoro;
pasta aproteica (g 80) all'olio,
pastina aproteica (g 80) in brodo vegetale;
riso (g 80) al pomodoro;

Una scelta di secondi piatti tra:

carne magra (bovino adulto) (g 80) bistecca ai ferri;
petto di pollo (g 80) ai ferri;
pesce (g 100): pesce spada ai ferri;
pesce (g 100): filetto di sogliola.

Una scelta di contorni tra:

lattuga (g 150) in insalata;
carote crude (g 100) in insalata;
pomodoro (g 170) in insalata;
cavolfiore (g 110) lessato;
fagiolini (g 170) lessati in insalata;
zucchine (g 200) lesse in insalata.

pane aproteico g 40 (monoporzione);

frutta fresca g 200 (da variare ogni giorno, ad esclusione di quella vietata);

olio extravergine di oliva g 25 (quantitativo totale per il pranzo).

CENA

una scelta di primi piatti tra:

pasta aproteica (g 80) al pomodoro;
pastina aproteica (g 80) all'olio;
pastina aproteica (g 80) al pomodoro;
riso (g 80) al pomodoro.

una scelta di secondi piatti tra:

mozzarella (g 50);
prosciutto cotto (g 45);
uovo n° 1
pesce (g 60) filetto di sogliola.

una scelta di contorni tra:

lattuga (g 150) in insalata;
carote crude (g 100) in insalata;
fagiolini (g 170) in insalata;
pomodoro (g 170) in insalata;

cavolfiore (g 110) lessato;
zucchine g 200) lesse in insalata.
pane a proteico g 40 (monoporzione);
frutta fresca g 200 (da variare ogni giorno, ad esclusione di quella vietata)
olio extravergine di oliva g 25 (quantitativo totale per la cena).

DIETE STANDARD

DIETA IPOPROTEICA (II) CAL. 2031 – PROT. g 35

COMPOSIZIONE BROMATOLOGICA MEDIA:

CALORIE TOTALI	2030,8737
PROTEINE	g 35,315
LIPIDI	g 73,93
GLICIDI	g 326,465

DIETA – BASE:

THE	n° 1 bustina
ZUCCHERO	g 20
CONFETTURA DI FRUTTA	g 25
FETTE BISCOTTATE APROTEICHE	g 40
PASTA APROTEICA	g 160
PANE APROTEICO	g 80
CARNE MAGRA	g 80
LATTUGA	g 300
FRUTTA FRESCA	g 400
MOZZARELLA	g 50
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA	g 50
ACQUA MINERALE NATURALE NON GASATA	cl 150

DIETE STANDARD

DIETA IPOPROTEICA (II) CALORIE TOTALI 2031 – PROTEINE g 35

COLAZIONE

the (n° 1 bustina) in acqua q.b. + poco limone;
zucchero (g20);
confettura di frutta (g 25);
fette biscottate aproteiche (g 40) (monoporzioni);
acqua minerale naturale non gasata cl 150 (quantitativo totale giornaliero).

PRANZO

una scelta di primi piatti tra:

pasta aproteica (g 80) al pomodoro;
pasta aproteica (g 80) all'olio,
pastina aproteica (g 80) in brodo vegetale;
riso (g 80) al pomodoro;

una scelta di secondi piatti tra:

carne magra (bovino adulto) (g 80) bistecca ai ferri;
petto di pollo (g 80) ai ferri;
pesce (g 100): pesce spada ai ferri;
pesce (g 100): filetto di sogliola.

una scelta di contorni tra:

lattuga (g 150) in insalata;
carote crude (g 100) in insalata;
pomodoro (g 170) in insalata;
cavolfiore (g 110) lessato;
fagiolini (g 170) lessati in insalata;
zucchine (g 200) lesse in insalata.

pane aproteico g 40 (monoporzione);

frutta fresca g 200 (da variare ogni giorno, ad esclusione di quella vietata);
olio extravergine di oliva g 25 (quantitativo totale per il pranzo).

CENA

una scelta di primi piatti tra:

pasta aproteica (g 80) al pomodoro;
pastina aproteica (g 80) all'olio;
pastina aproteica (g 80) al pomodoro;
riso (g 80) al pomodoro.

una scelta di secondi piatti tra:

mozzarella (g 50);
prosciutto cotto (g 45);
uovo n° 1
pesce (g 60) filetto di sogliola.

una scelta di contorni tra:

(come per il pranzo)

pane aproteico g 40 (monoporzione);

frutta fresca g 200 (da variare ogni giorno, ad esclusione di quella vietata)
olio extravergine di oliva g 25 (quantitativo totale per la cena).

DIETE STANDARD

DIETA SEMILIQUIDA CAL. 1780

A PIÙ VARIANTI

(PASTINA – OMOGENEIZZATI)

COMPOSIZIONE BROMATOLOGICA MEDIA:

CALORIE TOTALI	1781,9675
PROTEINE	g 65,612
LIPIDI	g 61,558
GLICIDI	g 257,497

DIETA – BASE:

LATTE PARZIALMENTE SCREMATO	g 200
ZUCCHERO	g 10
BISCOTTI	g 30
PASTINA	g 120
OMOGENEIZZATI DI CARNE	g 160
PATATE	g 300
PARMIGIANO	g 40
OMOGENEIZZATI DI FRUTTA	g 240
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA	g 30
ACQUA MINERALE NATURALE NON GASATA	cl 150

DIETE STANDARD

DIETA SEMILIQUIDA

COLAZIONE

latte parzialmente scremato (g 200);
zucchero (g 10);
biscotti (g 30);
acqua minerale naturale non gasata cl 150 (quantitativo totale giornaliero).

PRANZO

una scelta di primi piatti tra:

pastina micron (g 60) al pomodoro;
pastina micron (g 60) in brodo vegetale;
semolino (g 60) all'olio.

una scelta di secondi piatti tra:

omogeneizzato di manzo(g 80);
omogeneizzato di pollo (g 80).

purea di patate: patate (g 150): latte (g 50), parmigiano (g 20).

omogeneizzato di frutta (g 120).

olio extravergine di oliva g 15 (quantitativo totale per il pranzo).

CENA

una scelta di primi piatti tra:

pastina micron (g 60) al pomodoro;
pastina micron (g 60) in brodo vegetale;
semolino (g 60) all'olio.

una scelta di secondi piatti tra:

omogeneizzato di manzo (g 80);
omogeneizzato di pollo (g 80).

purea di patate: patate (g 150), latte (g 50), parmigiano (g 20).

omogeneizzato di frutta (g 120).

olio extravergine di oliva g 15 (quantitativo totale per la cena).

VITTO SPECIALE

DIETE STANDARD

DIETA (A PIÙ VARIANTI) PER CELIACI

SENZA GLUTINE

NORMATIVE SPECIFICHE

Per questo regime dietetico si intendono vietati tutti i prodotti contenenti GLUTINE, anche QUELLI da utilizzare per uso di cucina (es. PANGRATTATO).

ATTENZIONE: diversi prodotti alimentari contengono GLUTINE in funzione di additivo stabilizzante. Tali prodotti sono vietati.

DIETE STANDARD

DIETA SENZA GLUTINE, A PIÙ VARIANTI CAL. 2372

COMPOSIZIONE BROMATOLOGICA MEDIA:

CALORIE TOTALI	2372,0462
PROTEINE	g 65,695
LIPIDI	g 58,84
GLICIDI	g 421,255

DIETA – BASE:

THE	n° 1 bustina
ZUCCHERO	g 20
CONFETTURA DI FRUTTA	g 25
FETTE BISCOTTATE AGLUTINATE	g 40
PANE AGLUTINATO	g 200
PASTA AGLUTINATA	g 150
CARNE MAGRA	g 120
LATTUGA	g 400
FRUTTA FRESCA	g 400
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA	g 30
ACQUA MINERALE NATURALE NON GASATA	cl 150

DIETE STANDARD

DIETA SENZA GLUTINE CAL. 2372

COLAZIONE

the (n 1 bustina) in acqua q.b. + limone q.b.:

confettura di frutta g 25;

zucchero g 20;

fette biscottate aglutarinate (g 40) (monoporzioni);

acqua minerale naturale non gasata cl 150 (quantitativo totale giornaliero).

PRANZO

una scelta di primi piatti tra:

pasta aglutinata (g 100) al pomodoro;

pasta aglutinata (g 100) con verdure o ortaggi;

pasta aglutinata (g 100) all'olio;

riso (g 100) al pomodoro;

riso (g 100) con verdure o ortaggi;

riso (g 100) all'olio;

una scelta di secondi piatti tra:

carne magra (bovino adulto) (g 120) bistecca ai ferri;

petto di pollo (g 120) ai ferri;

pesce (g 170): pesce spada ai ferri;

pesce (g 170): filetto di sogliola.

una scelta di contorni tra:

lattuga (g 200) in insalata;

fagiolini (g 220) in insalata;

pomodoro (g 220) in insalata;

carote (g 120) crude, in insalata.

pane aglutinato g 100 (in confezione monoporzione);

frutta fresca g 200;

olio extravergine di oliva g 15 (quantitativo totale per il pranzo).

CENA

una scelta di primi piatti tra:

pastina aglutinata (g 50) al pomodoro;

pastina aglutinata (g 50) con verdure o ortaggi;

pastina aglutinata (g 50) all'olio;

riso (g 50) al pomodoro;

riso (g 50) con verdure o ortaggi;

riso (g 50) all'olio;

una scelta di secondi piatti tra:

petto di pollo (g 120) ai ferri;

prosciutto crudo (g 100);

una scelta di contorni tra:

lattuga (g 200) in insalata;

finocchi (g 300) in insalata;

carote crude (g 120) all'olio;

spinaci lessi (g 120) all'olio;

indivia lessa (g 240) all'olio.

zucchine lesse (g 350) all'olio.

pane aglutinato g 100 (in confezione monoporzione);

frutta fresca g 200;

olio extravergine d'oliva g 15 (quantitativo totale per la cena).

VITTO SPECIALE

VITTO A BASSO CONTENUTO DI SODIO

DIETE STANDARD

VITTO A BASSO CONTENUTO DI SODIO

In questi casi il vitto richiesto dovrà essere elaborato senza aggiunta di SALE DA CUCINA né prima, né durante, né dopo la procedura di cottura.

Può essere richiesto un quantitativo preciso di sale da allegare, in monoporzione, al vitto iposodico (es. 1, 2,... grammi).

Per tali regimi dietetici dovrà essere distribuito PANE SENZA SALE.

Per tali regimi dietetici si intendono vietati tutti i prodotti alimentari ricchi di sodio quali: SALAME, PROSCIUTTO COTTO AD ALTO TENORE DI NaCl (sale da cucina), PROSCIUTTO CRUDO, ecc..