

ALLEGATO N. 2

DIETETICO OSPEDALIERO

ISMETT

PREMESSA

Il dietetico ospedaliero (D.O) è la raccolta di diete standardizzate a composizione bromatologica nota, che devono essere disponibili in una struttura ospedaliera.

Esso si compone di:

- **Vitto comune** : rappresentato da un insieme di menù fruibili in tutte le situazioni patologiche che non richiedono un trattamento dietetico specifico.

IN CASO DI ALLERGIE DOCUMENTATE sarà necessario attenersi al D.Lgs. 114 del 8/02/06 che ha recepito le direttive 2003/89 CE, 2004/77 CE, 2005/63 CE in materia di indicazioni degli ingredienti contenuti nei prodotti alimentari, meglio note come “direttive allergeni”.

- **Diete standard**: schemi dietoterapici adatti a specifiche patologie con caratteristiche bromatologiche precodificate. Le diete standard vengono allestite, quando possibile, con i piatti dell'alimentazione comune, opportunamente adattati e combinati a seconda dell'esigenza di modifica bromatologica.

Dovranno essere previste le diete successivamente elencate. Per eventuali nuove esigenze, ove ritenuto necessario, ISMETT potrà richiedere integrazione di altre diete standard a quelle in atto previste.

- **Diete ad personam**: schemi individuali ricettati individualmente per pazienti con particolari problematiche nutrizionali, verranno calcolate ed allestite dal dietista utilizzando grammature, alimenti e modalità di preparazione specifiche.

Per le caratteristiche nutrizionali si fa riferimento ai Livelli di Assunzione di Riferimento di Nutrienti ed energia per la popolazione italiana (LARN), revisione del 2012 in associazione alle raccomandazioni fornite dalle Linee Guida per una Sana Alimentazione Italiana dell'Istituto Nazionale di Ricerca per gli Alimenti e la Nutrizione (INRAN, revisione 2003). Per le caratteristiche nutrizionali delle diete standard si fa riferimento alle raccomandazioni delle Linee Guida Nazionali ed Internazionali relative alle patologie più comuni.

Per l'organizzazione in ambito ospedaliero della Ristorazione si fa riferimento alle Linee di Indirizzo Nazionale per la Ristorazione Ospedaliera ed Assistenziale emanate dal Ministero della Salute.

Criteri di stesura dei menù:

- ✓ Il menu è articolato su un periodo minimo di due settimane, sia per la stagione estiva sia per quella invernale, rispettando nei limiti del possibile la stagionalità degli alimenti, in particolare per quanto riguarda ortaggi e frutta.
- ✓ Le ricette sono standardizzate ed hanno una composizione bromatologica prestabilita, che consentano il raggiungimento degli apporti nutrizionali previsti. Pertanto devono essere definite negli ingredienti e nelle loro grammature unitarie e nelle modalità di preparazione.
- ✓ Le ricette dei piatti che compongono i differenti menù devono essere fornite per valutare l'adeguatezza nutrizionale della giornata alimentare. Le grammature ed i singoli componenti del vitto, indicati come es. giornata alimentare, sono indicative al fine di permettere una elaborazione più varia dei menù.
- ✓ Devono essere previste due alternative per ogni portata e un numero di piatti fissi (vedi allegato 1).
- ✓ Per le diete normocaloriche (vitto comune, iposodica, etc) deve essere prevista la ripartizione dei pasti in colazione, pranzo, spuntino pomeridiano e cena. In tal senso la giornata alimentare dovrà essere così articolata: colazione 15-20% delle calorie totali; pranzo 40% delle calorie totali; spuntino 5-10%; cena 35% delle calorie totali.
- ✓ Nelle diete ipocaloriche, di rialimentazione, deve essere prevista la ripartizione dei pasti in colazione, pranzo e cena. In tal senso la giornata alimentare dovrà essere così articolata: colazione 20% delle calorie totali; pranzo 40% delle calorie totali; cena 40% delle calorie totali.

MENU'	CODICE
VITTO COMUNE	A
DIETA IPERCALORICA	B
DIETA IPOSODICA	C
DIETA EMODIALISI	D
DIETA IPOCALORICA 1800 kcal	E
DIETA IPOCALORICA 1500 kcal	F
DIETA IPOCALORICA 1200 kcal	G
DIETA IPOGLUCIDICA	H
DIETA SEMILIQUIDA	I
DIETA SEMISOLIDA PER DISFAGIA	L
DIETA SOLIDA PER DISFAGIA	M
DIETA IPOPROTEICA	N
DIETA IPOPROTEICA con PRODOTTI DIETETICI	O
DIETA SENZA GLUTINE	P
DIETA IPOLIPIDICA	Q
DIETA DI RIALIMENTAZIONE A e B	R
DIETA A RIDOTTO CONTENUTO DI FIBRE E LATTOSIO	S
PEDIATRIA	
DIETA SVEZZAMENTO	A
DIETA PEDIATRICA 18-36 mesi	B
DIETA PEDIATRICA 4-6anni / 7-10anni /11-15 anni	C/D/E

A- VITTO COMUNE

Composizione bromatologica media		
Calorie: 2000-2300		
Proteine	Circa 15 % delle calorie	
Lipidi	25-30 % delle calorie	di cui acidi grassi <10% dell'energia totale Colesterolo < 300mg
Glicidi	50-60% delle calorie	di cui zuccheri semplici < 15% dell'energia totale
Fibra	12.6-16.7g/1000kcal	

Il calcolo comprende uno spuntino pomeridiano.

Non comprende eventuali merende ordinabili separatamente.

Descrizione dieta costituita da cibi solidi e liquidi confezionati in modo vario. Le ricette a composizione bromatologica definita devono consentire il raggiungimento degli apporti nutrizionali indicati.

Per esigenze etniche, religiose ed etiche dovrà essere previsto un vitto comune per gli osservanti la religione musulmana, induista.

Indicazioni: alimentazione regolare ed equilibrata per pazienti senza problemi dietetici.

Caratteristiche nutrizionali: la dieta ha contenuto equilibrato in principi nutritivi. Per le porzioni, frequenza dei piatti riferirsi all'allegato 1.

Esempio di giornata alimentare	
COLAZIONE	200 ml Latte parz. scremato + caffè d'orzo 30g Fette biscottate 20g Marmellata 5g Zucchero
PRANZO	80g Primo piatto con condimenti vari (verdure, pomodoro, sughi di pesce, etc) 100g Carne 50g Pane 25-30g Olio 80g Verdura a foglie cruda 150g Frutta fresca
SPUNTINO	150g Frutta fresca
CENA	40g Primo piatto in brodo, zuppe, minestre 5g Parmigiano 150g Pesce 100g Pane 25-30g Olio 200g Verdura cotta 150g Frutta fresca

B- DIETA IPERCALORICA

Composizione bromatologica media		
Calorie: 2500-2700		
Proteine	Circa 15 % delle calorie	
Lipidi	25-35 % delle calorie	di cui acidi grassi <10% dell'energia totale Colesterolo < 300mg
Glicidi	50-60% delle calorie	di cui zuccheri semplici < 15% dell'energia totale
Fibra	12.6-16.7g/1000kcal	

Descrizione dieta costituita da cibi solidi e liquidi, con apporto equilibrato in nutrienti.

Gli alimenti sono confezionati in modo vario.

La giornata alimentare dovrà essere così articolata: colazione 15-20% delle calorie totali; pranzo 35% delle calorie totali; n.2 spuntini 5-10%; cena 35% delle calorie totali.

Indicazioni: alimentazione per pazienti con fabbisogno energetico aumentato.

Caratteristiche nutrizionali: la dieta ha contenuto equilibrato in principi nutritivi. La dieta verrà allestita con i piatti dell'alimentazione comune a cui si devono prevedere porzioni aggiuntive ai pasti (es. parmigiano a pezzo, prosciutto, etc) e n. 2 spuntini ipercalorici (es. budini, creme UHT, etc).

C- DIETA IPOSODICA

Composizione bromatologica media		
NORMOCALORICA apporti previsti per la dieta comune		
NUTRIENTI PRINCIPALI	Apporti normali della dieta comune	
SODIO	1600mg	

Il calcolo comprende uno spuntino pomeridiano.

Il calcolo nutrizionale non comprende i fuori pasto (spuntini) ordinabili separatamente.

Descrizione: dieta costituita da cibi solidi e liquidi, a basso contenuto di sodio. La restrizione di sodio si ottiene eliminando la quantità di sale da cucina (cloruro di sodio) aggiunto ai cibi durante la cottura e limitando gli alimenti particolarmente ricchi di sodio, rappresentati soprattutto da prodotti conservati (formaggi, salumi). Gli alimenti sono confezionati in modo vario. E' prevista la fornitura di una bustina di sale da 1g, somministrazione di pane senza sale.

La giornata alimentare dovrà essere così articolata: colazione 15-20% delle calorie totali; pranzo 40% delle calorie totali; spuntino 5-10%; cena 35% delle calorie totali.

Indicazioni: alimentazione regolare ed equilibrata a basso contenuto di sodio per pazienti cardiopatici o ipertesi o che necessitano di una restrizione del contenuto di sodio nella dieta.

Caratteristiche nutrizionali: Dieta normocalorica con contenuto di sodio di 1600mg, pari a 4g di cloruro di sodio. Tale apporto deriva dalla quantità di sodio contenuta negli alimenti e dalla fornitura di 1g di sodio in bustina.

Se richiesta restrizione di liquidi deve essere somministrata acqua da 500ml e/o 1000ml.

D- DIETA EMODIALISI

Composizione bromatologica media		
Calorie: NORMOCALORICA		
NUTRIENTI PRINCIPALI	Apporti normali della dieta comune	
Fosforo 800-1000mg	Potassio <2300mg	Sodio < 2000mg

Il calcolo nutrizionale non comprende i fuori pasto (spuntini) ordinabili separatamente.

Descrizione: dieta costituita da cibi solidi e liquidi. Gli alimenti sono confezionati in modo vario. La restrizione di sodio si ottiene eliminando la quantità di sale da cucina (cloruro di sodio) aggiunto ai cibi durante la cottura e limitando gli alimenti particolarmente ricchi di sodio, rappresentati soprattutto da prodotti conservati (formaggi, salumi). E' prevista la fornitura di una bustina di sale da 1g, somministrazione di pane senza sale. Il formaggio verrà proposto 1 volta a settimana per controllare l'apporto di fosforo. Per il potassio dovranno essere esclusi gli alimenti, in particolare frutta e verdura, ad elevato contenuto.

Indicazioni: alimentazione per pazienti in trattamento dialitico

Caratteristiche nutrizionali: la dieta è normocalorica con contenuto controllato di potassio, fosforo e sodio.

Può essere richiesta con normale contenuto di sodio aggiunto agli alimenti.

Se richiesta restrizione di liquidi deve essere somministrata acqua da 500ml e/o 1000ml.

E- DIETA IPOCALORICA 1800kcal

Composizione bromatologica media		
Calorie: 1800		
Proteine	Circa 15 % delle calorie	
Lipidi	25 - 30 % delle calorie	di cui acidi grassi <10% dell'energia totale
Glicidi	50-55 % delle calorie	
Fibra	12.6-16.7g/1000kcal	

Il calcolo non comprende eventuali merende ordinabili separatamente.

Descrizione: dieta costituita da cibi solidi e liquidi confezionati in modo semplice e vario. Deve essere caratterizzata da una alta frequenza di carni bianche e pesce, bassa frequenza di formaggi e carne trasformata. Gli alimenti sono confezionati in modo semplice e vario, con utilizzo di quantità misurata di condimento, olio di oliva a crudo, cotture che non prevedono l'aggiunta, ove possibile, di grassi.

La giornata alimentare dovrà essere così articolata: colazione 20% delle calorie totali; pranzo 40% delle calorie totali; cena 40% delle calorie totali

Indicazioni: alimentazione moderatamente ipocalorica per pazienti con problemi di sovrappeso o obesità e/o malattie metaboliche.

Caratteristiche nutrizionali: dieta con ridotto apporto calorico di 1800kcal, equilibrata in nutrienti. E' prevista la riduzione di zuccheri semplici preferendo i glucidi a lento assorbimento e la riduzione di grassi saturi.

Esempio di giornata alimentare	
COLAZIONE	200ml Latte parz. Scremato + caffè d'orzo 30g Fette biscottate
PRANZO	80g Primo piatto con condimenti semplici 100g Carne 50g Pane 20/25g Olio 80g Verdura cruda a foglie 150g Frutta fresca
SPUNTINO	150g Frutta fresca
CENA	40g Primo piatto in brodo zuppe, minestre 5g Parmigiano 150g Pesce 50g Pane 20/25g Olio 200g Verdura cotta 150g Frutta fresca

F- DIETA IPOCALORICA 1500kcal

Composizione bromatologica media		
Calorie: 1500		
Proteine	la parte restante, quantità non inferiore a 60g	
Lipidi	< 30 % delle calorie	di cui acidi grassi <10% dell'energia totale
Glicidi	50-55% delle calorie	
Fibra	12.6-16.7g/1000kcal	

Il calcolo non comprende eventuali merende ordinabili separatamente.

Descrizione: dieta costituita da cibi solidi e liquidi confezionati in modo semplice e vario. Deve essere caratterizzata da una alta frequenza di carni bianche e pesce, bassa frequenza di formaggi e carne trasformata. Gli alimenti sono confezionati in modo semplice e vario, con utilizzo di quantità misurata di condimento, olio di oliva a crudo, cotture che non prevedono l'aggiunta, ove possibile, di grassi
La giornata alimentare dovrà essere così articolata: colazione 20% delle calorie totali; pranzo 40% delle calorie totali; cena 40% delle calorie totali

Indicazioni: alimentazione moderatamente ipocalorica per pazienti con problemi di sovrappeso o obesità e/o malattie metaboliche.

Caratteristiche nutrizionali: la dieta ha un apporto energetico di 1500kcal risultando moderatamente ipocalorica. E' prevista la riduzione di zuccheri semplici preferendo i glucidi a lento assorbimento e la riduzione di grassi saturi.

Esempio di giornata alimentare	
COLAZIONE	200ml Latte parz. scremato +caffè d'orzo 30g Fette biscottate
PRANZO	60g Primo piatto con condimenti semplici II° piatto 50g Pane 20g Olio 80g verdura cruda a foglia 150gFrutta fresca
CENA	30g Primo piatto in brodo, zuppe,minestre II° piatto 50g Pane 20g Olio 200g Verdura cotta 150gFrutta fresca

G- DIETA IPOCALORICA 1200kcal

Composizione bromatologica media		
Calorie: 1200		
Lipidi	< 30 % delle calorie	di cui acidi grassi <10% dell'energia totale
Glicidi	50-55% delle calorie	
Proteine	La parte restante, non inferiore a 55-60g	
Fibra	12.6-16.7g/1000kcal	

Il calcolo nutrizionale non comprende i fuori pasto (spuntini) ordinabili separatamente.

Descrizione: dieta costituita da cibi solidi e liquidi, con basso apporto calorico. Deve essere caratterizzata da una alta frequenza di carni bianche e pesce, bassa frequenza di formaggi e carne trasformata. Gli alimenti sono confezionati in modo semplice e vario, con utilizzo di quantità misurata di condimento, olio di oliva a crudo, cotture che non prevedono l'aggiunta, ove possibile, di grassi.

Prevede un primo piatto a pranzo ed un secondo piatto a cena; a pranzo verranno somministrati due contorni di verdura.

Indicazioni: alimentazione ipocalorica per pazienti con problemi di sovrappeso o obesità e/o malattie metaboliche.

Caratteristiche nutrizionali: la dieta ha un basso contenuto energetico. E' prevista la riduzione di zuccheri semplici preferendo i glucidi a lento assorbimento e la riduzione di grassi saturi.

Esempio di giornata alimentare	
COLAZIONE	200ml Latte parz. scremato + caffè d'orzo 30g Fette biscottate
PRANZO	70 g I° piatto con condimenti semplici 15g Olio 80g verdura cruda a foglie 150g Frutta fresca o cotta
CENA	120 g II° piatto 50g Pane 15g Olio 200g Verdura cotta 150g Frutta fresca

H - DIETA IPOGLUCIDICA

Composizione bromatologica media		
Calorie: Normocalorica		
Proteine	Circa 15 % delle calorie	
Lipidi	< 35 % delle calorie	di cui acidi grassi <10% dell'energia totale Colesterolo < 300
Glicidi	45-60% delle calorie	
Fibra	15-20g/1000kcal	

Non comprende eventuali merende ordinabili separatamente.

La giornata alimentare dovrà essere così articolata: colazione 20% delle calorie totali; pranzo 40% delle calorie totali; cena 40% delle calorie totali.

Descrizione: dieta costituita da cibi solidi e liquidi confezionati in modo vario. Non contiene zucchero, marmellata, succhi di frutta. Deve essere previsto l'uso di prodotti integrali.

Indicazioni: alimentazione regolare ed equilibrata per pazienti normopeso con diabete e/o intolleranza glucidica .

Caratteristiche nutrizionali: la dieta normocalorica ha contenuto equilibrato in principi nutritivi. E' prevista la riduzione di zuccheri semplici preferendo i glucidi a lento assorbimento ed a medio- basso indice glicemico.

Esempio di giornata alimentare	
COLAZIONE	200ml Latte parz. scremato + caffè d'orzo 30g Fette biscottate
PRANZO	80g Primo piatto con verdure, sughi di carne, etc. 100g Carne 50g Pane integrale 25/30gOlio 80g Verdura cruda a foglie 150g Frutta fresca
CENA	40g Primo piatto in brodo, zuppe, minestre 5g Parmigiano 150g Pesce 100g Pane integrale 25/30gOlio 200g Verdura cotta 150g Frutta fresca

I- DIETA SEMILIQUIDA

Composizione bromatologica media		
Calorie: NORMOCALORICA		
NUTRIENTI PRINCIPALI	Apporti normali della dieta comune	
CONSISTENZA	MODIFICATA	

Descrizione: dieta costituita da cibi liquidi e cremosi e/o poltacei, facilmente masticabili e deglutibili.

La giornata alimentare dovrà essere così articolata: colazione 15% delle calorie totali; pranzo 35% delle calorie totali; cena 35% delle calorie totali; n.2 spuntini 5-10%.

Indicazioni: alimentazione per pazienti con problemi nella masticazione, disfagia per i solidi, disfagia di grado lieve, paziente con ripresa alimentare dopo interventi di chirurgia addominale (es. gastrectomia, etc).

Caratteristiche nutrizionali: dieta normocalorica con adeguata ripartizione in nutrienti; adeguato contenuto in minerali, vitamine e fibra. Consistenza modificata.

Esempio di giornata alimentare	
COLAZIONE	200ml Latte parz. scremato+ caffè d'orzo 30g Fette biscottate 20g Marmellata 10g Zucchero
PRANZO/CENA	60g Semolino / crema di riso o simili /pastina micron /passati di legumi con/senza passati di verdura 5g Parmigiano 100g Carne frullata 150g Pura o crema di patate 20/25gOlio 100g Verdura passata o frullata 100g Frutta cotta
SPUNTINI	150g Frutta cotta o mousse di frutta o 125g budino o yogurt 125g

L - DIETA SEMISOLIDA PER DISFAGIA

Composizione bromatologica media		
Calorie: NORMOCALORICA		
NUTRIENTI PRINCIPALI	Apporti normali della dieta comune	
CONSISTENZA	MODIFICATA	

Descrizione: Dieta di consistenza omogenea ad elevata densità. Devono essere previste modalità di preparazione e confezionamento che evitino la presenza di piccoli pezzi con rischio di aspirazione nelle vie aeree in caso di disfagia. E' pertanto indicato evitare i *cibi a doppia consistenza (minestrone, pasta in brodo, etc)*, diete cioè a consistenza disomogenea, vedi tabella di seguito indicata.

La giornata alimentare dovrà essere così articolata: colazione 15% delle calorie totali; pranzo 35% delle calorie totali; cena 35% delle calorie totali; n.2 spuntini 5-10%.

Indicazioni: alimentazione per pazienti con problemi nella masticazione e disfagia per i solidi ed i liquidi.

Caratteristiche nutrizionali: dieta normocalorica con adeguata ripartizione in nutrienti; adeguato contenuto in minerali, vitamine e fibra. E' indicato l'utilizzo di pasti ad alta densità nutrizionale, pasti dunque di volume ridotto ad alta densità di nutrienti, frazionati durante la giornata pertanto con aggiunta di n.2 spuntini.

CEREALI	Tutti i tipi di cereali ridotti a crema: crema di riso, mais e tapioca, ai cinque cereali, semolino, pasta omogeneizzata
LATTICINI	Formaggio cremosi (tipo spalmabile, ricotta, robiola), formaggi stagionati grattugiati ed aggiunti nelle preparazioni, yogurt cremoso, pappa latteata.
CARNE	Carne omogeneizzata, mousse di carne, mousse o omogeneizzati di prosciutto. Pesce omogeneizzato o mousse.
LEGUMI	Purea di legumi (piselli, lenticchie, etc)
PATATE	Purea o crema di patate
VERDURA	Purea o creme di verdure, omogeneizzati di verdure
FRUTTA	Frutta omogeneizzata, frutta cotta, mousse di frutta senza pezzetti
DOLCI	Budini, creme, panna cotta, panna, gelati cremosi, gelatine
BEVANDE	Solo se addensate, acqua gelificata

M - DIETA SOLIDA PER DISFAGIA

Composizione bromatologica media		
Calorie: NORMOCALORICA		
NUTRIENTI PRINCIPALI	Apporti normali della dieta comune	

Descrizione: Dieta costituita da cibi solidi, semisolidi di consistenza omogenea. Devono essere previste modalità di preparazione e confezionamento che evitino la presenza di piccoli pezzi con rischio di aspirazione nelle vie aeree in caso di disfagia. E' pertanto indicato evitare i *cibi a doppia consistenza (minestrone, pasta in brodo, etc)*, diete cioè a consistenza disomogenea. Devono essere evitati cibi filanti, cibi solidi di difficile gestione in bocca (riso, legumi interi, carne filamentosa ed asciutta). Di seguito la tipologia di alimenti. La giornata alimentare dovrà essere così articolata: colazione 15-20% delle calorie totali; pranzo 35% delle calorie totali; cena 35% delle calorie totali; n.1 spuntino 5-10%.

Indicazioni: alimentazione per pazienti con problemi nella masticazione e disfagia per i solidi ed i liquidi.

Caratteristiche nutrizionali: dieta normocalorica con adeguata ripartizione in nutrienti; adeguato contenuto in minerali, vitamine e fibra. E' indicato l'utilizzo di pasti ad alta densità nutrizionale, pasti dunque di volume ridotto ad alta densità di nutrienti, frazionati durante la giornata pertanto con aggiunta di spuntini.

CEREALI	Pane morbido, pasta ben cotta, gnocchi, creme di cereali
LATTICINI	Tutti i formaggi freschi e morbidi. Yogurt cremoso.
CARNE	Tutte le carni ben cotte, rese tenere con sughi, non filamentose. Prosciutto cotto. Pesce lesso e/o morbido senza lisce.
LEGUMI	Purea di legumi (piselli, lenticchie, etc)
PATATE	Purea o crema di patate o patate lesse ben cotte
VERDURA	Tutte le verdure non filamentose e senza semi; preferibilmente ben cotte.
FRUTTA	Frutta fresca matura e morbida. Frutta omogeneizzata, frutta cotta, mousse di frutta senza pezzetti
DOLCI	Budini, creme, panna cotta, panna, gelati cremosi, gelatine, merendine, torte, biscotti morbidi
BEVANDE	Tutti concessi

N - DIETA IPOPROTEICA

Composizione bromatologica media		
Calorie: 2000-2300		
Proteine	50gr di cui 50% di origine animale	
Lipidi	la restante quota	
Glicidi	50 - 60 % delle calorie	
Fosforo < 800mg		Potassio 1900-2300mg

Il calcolo nutrizionale non comprende i fuori pasto (spuntini) ordinabili separatamente.

Descrizione: dieta costituita da cibi solidi e liquidi, con apporto di proteine pari a 50g ed a contenuto noto di fosforo, potassio. Confezionati con aggiunta normale di sale.

Indicazioni: alimentazione a basso contenuto di proteine per pazienti con insufficienza renale in trattamento conservativo ed in paziente con indicazione a ridurre il consumo di proteine.

Caratteristiche nutrizionali: la dieta ha un contenuto controllato di proteine. Non sono stati utilizzati prodotti dietetici specifici. Può essere richiesta con ridotto contenuto di sodio aggiunto agli alimenti.

Esempio di giornata alimentare	
COLAZIONE	150ml The o orzo 30g Fette biscottate 20g Marmellata 10g Zucchero 10 g Burro
PRANZO	50g I°piatto con pomodoro/verdure o piatto unico 50g Pane 25/30gOlio 80g verdura a foglie 150Frutta fresca o cotta
CENA	30g I°piatto in brodo, minestrone, zuppe 120g Carne 50g Pane 25/30gOlio 200g Verdura cotta 150Frutta fresca o cotta
SPUNTINO	150g Frutta + Cracker 25g

O - DIETA IPOPROTEICA con PRODOTTI DIETETICI

Composizione bromatologica media		
Calorie: 2000-2300		
Proteine	40 gr di cui il 75% ad alto valore biologico	
Lipidi	la restante parte	
Glicidi	55-60%	
Fosforo < 800mg	Potassio < 2300mg	

Non comprende altri fuori pasto (spuntini) ordinabili separatamente.

Descrizione: dieta costituita da cibi solidi e liquidi, con apporto di proteine pari a 40gr ed a contenuto noto di fosforo, potassio. Deve essere previsto uno spuntino pomeridiano. Confezionati con aggiunta normale di sale.

Indicazioni: alimentazione a contenuto proteico controllato per pazienti con insufficienza renale in trattamento conservativo, in paziente con indicazione a ridurre il consumo di proteine.

Caratteristiche nutrizionali: la dieta ha un contenuto ridotto e controllato di proteine; per ridurre l'apporto di proteine vegetali sono stati utilizzati prodotti dietetici ipoproteici (pasta, pane, etc).

Esempio di giornata alimentare	
COLAZIONE	Thè + caffè d'orzo 30g Fette biscottate aproteiche 20g Marmellata o di miele 10g Burro 10g Zucchero
PRANZO	80g Pasta aproteica con condimenti semplici/sughi di carne o di pesce 50g Pane aproteico 25/30g Olio 80g Verdura a foglia 150g Frutta fresca o cotta
CENA	40g Pasta aproteica in brodo o con verdura 150g Carne 50g Pane aproteico 25/30g Olio 200g Verdura cotta 150g Frutta fresca o cotta
SPUNTINO	150g Frutta fresca + 30g biscotti aproteici

P - DIETA SENZA GLUTINE

Composizione bromatologica media		
NORMOCALORICA		
NUTRIENTI PRINCIPALI	Apporti normali della dieta standard	
SENZA GLUTINE		

Il calcolo nutrizionale non comprende i fuori pasto (spuntini) ordinabili separatamente.

Descrizione: dieta costituita da cibi solidi e liquidi, confezionati in modo semplici. Sono escluse tutte le preparazioni con glutine. Deve comprendere uno spuntino pomeridiano.

Indicazioni: alimentazione regolare ed equilibrata per pazienti con intolleranza al glutine.

Caratteristiche nutrizionali: Dieta normocalorica, normoproteica, equilibrata che prevede l'uso di alimenti naturali senza glutine e di alimenti dietetici speciali privi di glutine. Le fasi di preparazione e di cottura del cibo devono seguire procedure specifiche, atte ad evitare contaminazioni anche con sole tracce di glutine.

Sviluppo nella giornata	
COLAZIONE	200ml Latte parz. scremato 30g Fette biscottate senza glutine 5g Zucchero 20g marmellata
PRANZO	80g Pasta senza glutine o riso con pomodoro/verdure/sugo di carne o di pesce 100g Carne 50g Pane senza glutine 25/30g Olio 80g Verdura a foglie 150g Frutta fresca o cotta
CENA	40g Pasta senza glutine o riso in brodo o con verdura 5g Parmigiano 100g Carne 100g Pane senza glutine 25/30g Olio 200g Verdura 150g Frutta fresca
SPUNTINO	150g Frutta fresca

Q- DIETA IPOLIPIDICA

Composizione bromatologica media		
Calorie: 1900-2300		
Proteine	15-20 % delle calorie	
Lipidi	20-25% delle calorie	
Glicidi	55-60% delle calorie	

Non comprende eventuali merende ordinabili separatamente.

Descrizione: dieta costituita da cibi solidi e liquidi, con ridotto e controllato apporto di lipidi, moderato contenuto di fibre, preparazioni di facile digeribilità. Il calcolo deve comprendere uno spuntino da somministrare con il vassoio del pranzo.

Indicazioni: alimentazione per pazienti con necessità di controllare l'apporto lipidico, es. ripresa dell'alimentazione in pazienti con pancreatite acuta o pancreatite cronica.

Caratteristiche nutrizionali: Deve essere caratterizzata da una alta frequenza di carni bianche e pesce magro, bassa frequenza di formaggi con preferenza di formaggi a basso contenuto di lipidi, assenza di carne trasformata. Gli alimenti sono confezionati in modo semplice e vario, con utilizzo di quantità misurata di condimento, olio di oliva extravergine a crudo, cotture che non prevedono l'aggiunta di grassi.

Esempio di giornata alimentare	
COLAZIONE	200ml Latte scremato + caffè d'orzo 30g Fette biscottate 20g Marmellata 10g Zucchero
PRANZO	80g Primo piatto con condimenti semplici 100g Carne bianca 50g Pane 20g Olio 80g Verdura a foglie 150g Frutta fresca
SPUNTINO	150g Frutta
CENA	40g Primo piatto in brodo, minestre, zuppe 150g Pesce 100g Pane 20g Olio 200g Verdura 150g Frutta fresca

R- DIETA DI RIALIMENTAZIONE

Descrizione: Nel periodo post-operatorio o dopo digiuno prolungato è opportuno iniziare l'alimentazione con gradualità, utilizzando alimenti semplici da deglutire e di facile digeribilità, confezionati limitando gli alimenti ricchi di fibra e di lattosio.

L'alimentazione deve essere di piccolo volume e frazionata.

Indicazioni: Sono indicate nella rialimentazione dopo digiuno prolungato (es. interventi chirurgici, sospensione dell'alimentazione per patologie gastro-enteriche, ecc.).

Caratteristiche nutrizionali: Dieta di facile digeribilità a basso contenuto di fibre, priva di lattosio.

Le diete di rialimentazione comprenderanno due livelli (rialimentazione A e rialimentazione B) con quote calorico-proteiche gradualmente aumentate. Le proteine del pasto devono essere rappresentate prevalentemente da alimenti di origine animale per il loro maggiore valore biologico.

Entrambe le diete sono da considerarsi ad utilizzazione transitoria in quanto carenti di macro e micro nutrienti.

La dieta di **rialimentazione "A"** deve prevedere un apporto calorico di 400-500kcal, il primo piatto proposto dovrà essere rappresentato da Brodo + Parmigiano sia a pranzo che a cena. Garantire la presenza di un secondo piatto di origine animale morbido (esempio: frullato di carne, omogeneizzato di carne, ecc.), evitare i contorni di verdura, prevedere succo di frutta o frutta cotta sia a pranzo che a cena. A colazione dovrà essere somministrato latte delattosato.

La dieta di **rialimentazione "B"** deve prevedere un apporto calorico di 700-1000kcal, il primo proposto dovrà essere rappresentato da pastina/semolino o simili in brodo con parmigiano, secondo piatto morbido di facile digestione (carne omogeneizzata, pesce lesso, carne bianca magra), contorno di patate lesse o passate, frutta cotta o succhi. A colazione latte delattosato o alternative senza lattosio. Dovranno essere proposte fette biscottate, grissini, pane.

S- DIETA A RIDOTTO APPORTO DI FIBRE E LATTOSIO

Composizione bromatologica media		
NORMOCALORICA		
NUTRIENTI PRINCIPALI	Apporti normali della dieta standard	
SENZA LATTOSIO		

Descrizione: dieta costituita da cibi solidi e liquidi a ridotto apporto di lattosio e fibre. Tale riduzione è consentita escludendo alimenti contenenti lattosio o preparazioni che necessitano di latte; dovrà essere prevista la somministrazione di latte delattosato. Dovranno essere escluse le verdure e la frutta ad eccezione di: patate lesse, zuccina, carote lesse, frutta omogeneizzata o succo. Priva di prodotti integrali.

Indicazione: la dieta con ridotto apporto di fibre è indicata in alcuni casi di diarrea acuta, di riacutizzazione di diverticolite intestinale, nelle patologie infiammatorie intestinali, nella preparazione di alcune indagini diagnostiche sull'apparato digerente, nella fase di preparazione alla chirurgia colica.

Caratteristiche nutrizionali: la dieta sarà normocalorica, normoproteica con contenuto ridotto di fibra e lattosio. Può risultare carente l'apporto in vitamine e minerali pertanto va utilizzata per brevi periodi.

A- DIETA SVEZZAMENTO (4 -12mesi)

Composizione bromatologica media		
Calorie	800-900	
Proteine		<10% delle calorie
Lipidi		35-40% delle calorie
Glicidi		50-60 % delle calorie

Il calcolo deve comprendere uno spuntino pomeridiano.

Il calcolo nutrizionale non comprende i fuori pasto (spuntini) ordinabili separatamente

Descrizione: dieta costituita da cibi cremosi e liquidi. Confezionati in modo semplice e senza aggiunta di sale.

Indicazioni: alimentazione per pazienti di età uguale o superiore a 4 mesi.

Caratteristiche nutrizionali: la dieta è costituita da cibi cremosi o liquidi di facile digeribilità, a basso potere allergizzante.

Esempio di giornata alimentare	
COLAZIONE	200ml Latte di proseguimento 2 10g biscotti per l'infanzia
PRANZO/CENA	30/40g l' piatto cremoso con/senza glutine (es, crema di riso, semolino,etc) in brodo vegetale di patate-carota e zuccina con o senza parmigiano 40g omogeneizzato di carne /pesce/legumi/formaggino/prosciutto omogeneizzato 10g Olio Verdura passata (patate, carota, zuccina)
SPUNTINO	120g frutta omogeneizzata

B- DIETA PEDIATRICA 18 – 36 mesi

Composizione bromatologica media		
Calorie	1100-1300	
Proteine	circa 10% delle calorie	
Lipidi	35-40% delle calorie	di cui <10% di ac. grassi saturi
Glicidi	50-60 % delle calorie	
Fibra	8.4g/1000kcal	

Il calcolo deve comprendere uno spuntino pomeridiano.

Non comprende i fuori pasto (spuntini) ordinabili separatamente.

Descrizione: dieta costituita da cibi solidi e liquidi. Confezionati in modo semplice e vario.

La giornata alimentare dovrà essere così articolata: colazione 15% delle calorie totali; pranzo 40% delle calorie totali; n.2 spuntini 10%; cena 35% delle calorie totali.

Indicazioni: alimentazione per pazienti di età compresa tra i 18 e i 36 mesi.

Caratteristiche nutrizionali: la dieta è costituita da cibi solidi o liquidi di facile digeribilità.

Esempio di giornata alimentare	
COLAZIONE	200ml Latte parz. scremato 15g biscotti
PRANZO	60g I° piatto con pomodoro, in brodo, verdure con o senza parmigiano 15/20g Olio 30g Pane 80/100g Verdura fresca o cotta/passata 100g Frutta fresca
CENA	30g I° piatto in brodo, minestre, passati di verdure con o senza parmigiano 70g Carne 30g Pane 15/20g Olio 80/100g Verdura fresca o cotta/passata 100g Frutta fresca
SPUNTINIO	200ml Succo di frutta

C- DIETA PEDIATRICA 4-6anni / 7-10anni/11-15anni

Composizione bromatologica media		
Calorie	1300-1600 per 4-6anni 1600-2000 per 7-10anni 2000-2400 per 11-15anni	
Proteine	circa 10% delle calorie	
Lipidi	20-35% delle calorie	di cui <10% di ac. grassi saturi
Glicidi	55-60 % delle calorie	

Il calcolo deve comprendere uno spuntino pomeridiano.

Non comprende i fuori pasto (spuntini) ordinabili separatamente.

Descrizione: dieta costituita da cibi solidi e liquidi. Confezionati in modo semplice e vario.

La giornata alimentare dovrà essere così articolata: colazione 15% delle calorie totali; pranzo 40% delle calorie totali; n.1 spuntino 15%; cena 30% delle calorie totali.

Indicazioni: alimentazione per pazienti di età pediatrica dai 4 ai 15 anni senza particolari restrizioni dietetiche.

Caratteristiche nutrizionali: dieta normocalorica e normoproteica adeguata per età.

Firmato prof. Bruno Gridelli Direttore d'Istituto