



DIETETICO REGIONALE

**Allegato_B
Pag: 1 di 48**



**Regione
Lazio**

**GARA COMUNITARIA CENTRALIZZATA A PROCEDURA APERTA
FINALIZZATA ALL'ACQUISIZIONE DEL SERVIZIO DI RISTORAZIONE
OCCORRENTE ALLE AZIENDE SANITARIE IFO, SAN GIOVANNI
ADDOLORATA, RIETI E ROMA E, DELLA REGIONE LAZIO**

ALLEGATO B

DIETETICO REGIONALE



INDICE

PREMESSA.....	3
DIETA COMUNE	5
DIETA IPOSODICA	7
DIETA IPER NUTRITIVA	9
DIETA D'ATTESA/URGENZA	11
DIETA PRIVA DI GLUTINE	12
DIETA IPOCALORICA 1200	14
DIETA IPOCALORICA 1500	15
DIETA IPOPROTEICA PER INSUFFICIENZA RENALE	17
DIETA IPOPROTEICA PER DIABETICI.....	19
DIETA IPOPROTEICA PER EPATOPAZIENTI.....	21
DIETA PER PAZIENTI SOTTOPOSTI A DIALISI.....	23
DIETA RIALIMENTAZIONE LIQUIDA.....	25
DIETA RIALIMENTAZIONE SEMISOLIDA	27
DIETA SOFFICE.....	29
DIETA PER DISFAGIA.....	31
DIETA LIQUIDA	33
DIETA A BASSO RESIDUO.....	35
DIETA LATTO-OVO-VEGETARIANA.....	37
DIETA PEDIATRICA (1-3 mesi).....	39
DIETA PEDIATRICA (4-6 mesi).....	40
DIETA PEDIATRICA (7-9 mesi).....	41
DIETA PEDIATRICA (10-12 mesi).....	42
DIETA PEDIATRICA (1-2 anni)	43
DIETA PEDIATRICA (3-6 anni)	45
DIETA PEDIATRICA (7-12 anni)	47



PREMESSA

Il presente documento, **Allegato B - Dietetico**, riporta il prontuario dietoterapico per le Aziende Sanitarie della Regione Lazio. Il testo è stato redatto in conformità alle direttive indicate dal Ministero della Salute nelle “Linee di Indirizzo Nazionale per la ristorazione ospedaliera” del 2010.

Considerata la complessità di modulare un Dietetico centralizzato in linea con le esigenze di ciascuna Azienda Sanitaria, il presente documento deve essere inteso come uno “schema dietetico standard”, al cui interno sono riportate diete comunemente utilizzate e studiate per coprire le esigenze nutrizionali della maggior parte degli utenti. Sarà poi facoltà di ciascuna Azienda Sanitaria adattare le diete di seguito riportate o aggiungerne di altre in base alle specifiche esigenze dei degenti ricoverati nelle proprie strutture territoriali, dandone poi comunicazione al fornitore aggiudicatario.

Le diete riportate nel presente Dietetico standard rispettano il seguente schema:

1. **Diete comuni:** insieme di menu fruibili in tutte le situazioni patologiche che non richiedono un particolare trattamento dietetico (house diet)
 - Dieta comune (2200 Kcal)
 - Dieta comune iposodica (2100 Kcal)
 - Dieta di attesa/urgenza (900 Kcal)
2. **Diete standard:** schemi dietoterapici adatti a specifiche patologie con caratteristiche bromatologiche precodificate
 - Ipernutritiva
 - Priva di glutine
 - Ipocalorica (1200-1500 Kcal)
 - Ipoproteica (per diabetici, per insufficienza renale, per epatopazienti)
 - Dieta per pazienti sottoposti a dialisi
 - Di rialimentazione (semisolida e liquida)
 - Dieta soffice
 - Dieta per disfagia
 - Dieta liquida
 - Dieta a basso residuo
 - Dieta Latto-Ovo-Vegetariana
3. **Diete pediatriche:** schemi dietoterapici tarati sulle esigenze delle diverse età degli utenti
 - 0-3 mesi
 - 4-6 mesi
 - 7-9 mesi
 - 10-12 mesi
 - 1-2 anni
 - 3-6 anni



- 7-12 anni

Per le Diete ad personam (ricettate) - indicate per pazienti la cui dietoterapia non può essere gestita con le diete codificate - e per le altre tipologie di dieta non comprese nell'elenco di cui sopra, il personale della Ditta dovrà attenersi alle indicazioni specifiche e alle disposizioni fornite dal Servizio di dietetica o dal Responsabile di reparto di ciascuna Azienda Sanitaria. In particolare le Diete ad personam verranno prescritte dallo specialista in Nutrizione clinica e calcolate dal dietista di ciascuna Azienda Sanitaria e allestite utilizzando grammature, alimenti e modalità di preparazione specifiche.

Il modello di riferimento da cui derivano tutte le diete è il vitto comune che, simile ad un menù alberghiero, è un insieme di scelte alimentari compatibile con tutte quelle condizioni patologiche che non richiedono particolare trattamento dietetico ed è di fatto il più diffuso protocollo alimentare in uso nei nosocomi

Si rileva che la quota energetica proposta è conforme alle linee guida specifiche internazionali, mentre maggiore è la quota proteica, vista l'elevata prevalenza nelle strutture ospedaliere di pazienti nutrizionalmente fragili o malnutriti. Tale scelta è dettata dalle seguenti motivazioni:

- lo stato di convalescenza giustifica un incremento delle necessità, per il recupero del maggior dispendio durante la fase acuta della malattia;
- l'immobilizzazione a letto modifica il bilancio azotato durante la degenza e comunque è del tutto comune tra i pazienti subire digiuni necessari per accertamenti radiologici, in pre o post operatorio ecc.
- gli standard riguardanti il sodio andrebbero applicati anche alla ristorazione ospedaliera, riservando alle diete strettamente iposodiche quote di sale inferiore ai 3 grammi/die.



DIETA COMUNE

2200 Kcal

Menù di tipo "alberghiero" dedicato a tutti i degenti che non necessitano di particolari indicazioni dietetiche. Il contenuto in nutrienti è calcolato per coprire le necessità della maggior parte della utenza.

Composizione bromatologica		
Proteine	g.	90
Lipidi	g.	80
Glucidi	g.	280

Spettanze sulle 24 ore

Alimenti	Grammi a crudo
Latte intero	200
Fette biscottate	30
Pasta di semola	140
Pane 00	150
Bovino adulto	120
Fior di latte	100
Ortaggi (media)	400
Frutta fresca (media)	400 (media)
Parmigiano	10
Marmellata	25
Zucchero	10
Orzo/Tè/Caffè	q.b.
Olio extravergine	40

Esempio di distribuzione giornaliera

Alimenti	Grammi
Colazione	
Latte+orzo	200
Fette biscottate	30
Marmellata	25
Zucchero	10
Pranzo	
Pasta di semola	100
Bovino	120
Ortaggi	200
Frutta	200
Pane	50
Olio	20
Parmigiano	5
Cena	
Pasta di semola	40
Fior di latte	100
Ortaggi	200
Frutta	200
Pane	100
Olio	20
Parmigiano	5



Alimento da sostituire	g.	Alimento per la sostituzione	g.
Pasta di semola	100	Riso	100
		Pasta + legumi secchi	50 + 40
		Pasta + patate	40 + 150
		Gnocchi	200
		Pasta fresca ripiena	150
Bovino adulto	120	Petto tacchino/pollo	140
		Pollo con osso	300
		Filetto di pesce	180
		Uova	n..2
		Formaggio fresco + prosciutto crudo o cotto	60+60
Ortaggi cotti	200	Ortaggi crudi a foglia (lattuga)	80
		Ortaggi crudi (pomodori finocchi)	200
		Patate/purea	200

NOTE:La quota di sale raccomandabile non dovrebbe eccedere i g.6

**DIETA IPOSODICA**

2100 Kcal

Ha densità nutritiva in grado di soddisfare i fabbisogni di una popolazione eterogenea, con contenuto in sodio ridotto.

Composizione bromatologica		
Proteine	g.	80
Lipidi	g.	70
Glicidi	g.	290
Sodio	mg	286
Potassio	mg	2346
Fosforo	mg	1201

Spettanze sulle 24 ore

Alimenti	Grammi a crudo
Latte intero	200
Fette biscottate	30
Pasta di semola	140
Pane 00 senza sale	150
Bovino adulto	120
Ricotta di mucca	100
Ortaggi (media)	400
Frutta fresca (media)	400
Olio extravergine	40
Marmellata	25
Zucchero	10
Orzo/Tè/Caffè	q.b.

*Esempio di distribuzione
giornaliera*

Alimenti	Grammi
Colazione	
Latte	200
Fette biscottate	30
Marmellata	25
Zucchero	10
Pranzo	
Pasta di semola	100
Bovino	120
Ortaggi	200
Frutta	200
Pane	50
Olio	20
Cena	
Pasta di semola	40
Ricotta	100
Ortaggi	200
Frutta	200
Pane	100
Olio	20

**DIETETICO REGIONALE****Allegato_B**
Pag: 8 di 48

Alimento da sostituire	g.	Alimento per la sostituzione	g.
Pasta di semola	100	Riso	100
		Pasta+legumi secchi	50+40
		Pasta+patate	40+150
		Gnocchi	200
Bovino adulto	120	Petto tacchino/pollo	140
		Pollo con osso	300
		Filetto di pesce	180
		Uova	120 (nr.2)
		Ricotta/mozzarella	100
Ortaggi cotti	200	Ortaggi crudi a foglia (lattuga)	80
		Ortaggi crudi (pomodori finocchi)	200
		Patate/purea	200

**DIETA IPER NUTRITIVA**

2800 Kcal

Prevede una aliquota energetica ed un contenuto in nutrienti particolarmente alto, ha indicazione in situazioni di elevate necessità nutrizionali

Composizione bromatologica		
Proteine	g.	120
Lipidi	g.	105
Glicidi	g.	345

Spettanze sulle 24 ore

Alimenti	Grammi a crudo
Latte intero	450
Fette biscottate	45
Pasta di semola	140
Pane 00	200
Bovino adulto	120
Fior di latte	100
Prosciutto crudo	60
Ortaggi (media)	400
Frutta fresca (media)	400
Parmigiano	10
Olio extravergine	40
Marmellata	25
Zucchero	10
Orzo/Tè/Caffè	q.b.

Esempio di distribuzione giornaliera

Alimenti	Grammi
Colazione	
Latte+Orzo	450
Fette biscottate	45
Marmellata	25
Zucchero	10
Pranzo	
Pasta di semola	100
Bovino	120
Prosciutto crudo (supplemento)	60
Ortaggi	200
Frutta	200
Pane	100
Olio	20
Parmigiano	5
Cena	
Pasta di semola	40
Fior di latte	100
Ortaggi	200
Frutta	200
Pane	100
Olio	20
Parmigiano	5

**DIETETICO REGIONALE****Allegato_B**
Pag: 10 di 48

Alimento da sostituire	g.	Alimento per la sostituzione	g.
Pasta di semola	100	Riso	100
		Pasta + legumi	50+40
		Pasta + patate	40+150
		Gnocchi	200
Bovino adulto	120	Petto tacchino/pollo	140
		Pollo con osso	300
		Filetto di pesce	180
		Uova	nr.2
		Formaggio fresco + prosciutto crudo o cotto	60+60
Prosciutto crudo (supplemento)	60	Formaggio	50
		Prosciutto cotto	50
Ortaggi cotti	200	Ortaggi crudi a foglia (lattuga)	80
		Ortaggi crudi (pomodori finocchi)	200
		Patate/purea	200

NOTE:La quota di sale raccomandabile non dovrebbe eccedere i g.6

**DIETA D'ATTESA/URGENZA**

900 Kcal (per pasto singolo)

Prevede un menù semplificato di primo impatto, adatto praticamente a tutte le situazioni patologiche, utilizzabile in attesa di protocolli più specifici; contiene lattosio e glutine.

Composizione bromatologica		
Proteine	g.	35
Lipidi	g.	40
Glicidi	g.	110

Spettanze sul pasto

Alimenti	Grammi a crudo
Pasta di semola	30
Pane all'olio	50
Fior di latte	100
Patate	200
Frutta fresca (media)	200
Parmigiano	10
Olio extravergine	5
Burro	5

Esempio di distribuzione

Alimenti	Grammi
Pasto	
Pasta di semola	30
Fiordilatte	100
Patate	200
Frutta	200
Pane all'olio	50
Olio	5
Parmigiano	10
Burro	5

**DIETA PRIVA DI GLUTINE**

2150 Kcal

Dieta indicata per i pazienti affetti da morbo celiaco; tale dieta prevede l'uso di alimenti senza glutine. Le fasi di preparazione e di cottura del cibo devono seguire procedure specifiche, atte ad evitare contaminazioni anche con sole tracce di glutine

Composizione bromatologica		
Proteine	g.	85
Lipidi	g.	70
Glicidi	g.	285

Spettanze sulle 24 ore

Alimenti	Grammi a crudo
Latte intero *	200
Marmellata	25
Zucchero	10
Biscotti senza glutine	30
Pasta senza glutine	140
Bovino adulto	120
Pane senza glutine	140
Fior di latte	100
Ortaggi	400
Frutta	400
Parmigiano	10
Olio extravergine	40
Caffè / Tè	q.b.

(*) *No Orzo*

Esempio di distribuzione giornaliera

Alimenti	Grammi
Colazione	
Latte intero *+caffè/tè	200
Marmellata	25
Zucchero	10
Biscotti senza glutine	30
Pranzo	
Pasta senza glutine	100
Bovino adulto	120
Ortaggi	200
Pane senza glutine	70
Frutta	200
Parmigiano	5
Olio	20
Cena	
Pasta senza glutine	40
Fior di latte	100
Ortaggi	200
Pane senza glutine	70
Frutta	200
Parmigiano	5
Olio	20

**DIETETICO REGIONALE****Allegato_B
Pag: 13 di 48**

Alimento da sostituire	g.	Alimento per la sostituzione	g.
Pasta senza glutine	100	Riso	100
Biscotti senza glutine	30	Fette biscottate senza glutine	30
Bovino adulto	120	Filetto di pesce	180
		Formaggio	100
		Petto di pollo/tacchino	140
		Pollo con osso	300
		Prosciutto Crudo + formaggio fresco	60+60
		Uova	n° 2

**DIETA IPOCALORICA 1200**

1200 Kcal

Regime dietetico a contenuto calorico ridotto con limitazione degli zuccheri semplici e dei grassi saturi.

Composizione bromatologica		
Proteine	g.	70
Lipidi	g.	30
Glicidi	g.	160

Spettanze sulle 24 ore

Alimenti	Grammi a crudo
Latte intero	200
Fette biscottate	15
Pasta di semola	100
Bovino adulto	120
Pesce	180
Ortaggi	400
Frutta	400
Olio	20
Orzo/Tè	q.b.

Esempio di distribuzione giornaliera

Alimenti	Grammi
Colazione	
Tè o caffè d'orzo	q.b.
Latte intero	200
Fette biscottate	15
Pranzo	
Pasta di semola	50
Bovino adulto	120
Ortaggi	200
Olio	10
Frutta	200
Cena	
Pasta di semola	50
Pesce	180
Ortaggi	200
Olio	10
Frutta	200

Alimento da sostituire	g.	Alimento per la sostituzione	g.
Pasta di semola	50	Gnocchi	100
		Legumi secchi	50
		Semolino	50
		Riso	50
Bovino adulto	120	Petto tacchino/pollo	140
		Pollo con osso	300
		Filetto di pesce	180
		Uova	n..2
		Formaggio fresco + prosciutto crudo o cotto	60+60
Ortaggi cotti	200	Ortaggi crudi a foglia (lattuga)	80
		Ortaggi crudi (pomodori finocchi)	200

**DIETA IPOCALORICA 1500**

1500 Kcal

Regime dietetico a contenuto calorico ridotto con limitazione degli zuccheri semplici e dei grassi saturi.

Composizione bromatologica		
Proteine	g.	80
Lipidi	g.	40
Glicidi	g.	210

Spettanze sulle 24 ore

Alimenti	Grammi a crudo
Latte	200
Fette biscottate	15
Pasta di semola	90
Pane 00	100
Pesce	180
Bovino adulto	120
Ortaggi	400
Frutta	400
Olio	30
Orzo/Tè/Caffè	q.b.

Esempio di distribuzione giornaliera

Alimenti	Grammi
Colazione	
Tè o caffè d'orzo	q.b.
Latte	200
fette biscottate	15
Pranzo	
Pasta di semola	50
Bovino adulto	120
Pane	50
Ortaggi	200
Olio	15
Frutta	200
Cena	
Pasta di semola	40
Pesce	180
Pane 00	50
Ortaggi	200
Olio	15
Frutta	200

**DIETETICO REGIONALE****Allegato_B**
Pag: 16 di 48

Alimento da sostituire	g.	Alimento per la sostituzione	g.
Pasta di semola	50	Gnocchi	100
		Legumi secchi	50
		Riso	50
Bovino adulto	120	Petto tacchino/pollo	140
		Pollo con osso	300
		Filetto di pesce	180
		Uova	n.2
		Formaggio fresco + prosciutto crudo o cotto	60+60
Ortaggi cotti	200	Ortaggi crudi a foglia (lattuga)	80
		Ortaggi crudi (pomodori finocchi)	200

**DIETA IPOPROTEICA PER INSUFFICIENZA RENALE**

2350 Kcal

Dieta moderatamente ipercalorica, a basso contenuto proteico, con prevalenza di proteine di origine animale, a basso tenore di fosforo e potassio, con zuccheri semplici. Indicata per pazienti con insufficienza renale, non diabetici

Composizione bromatologica		
Proteine	g.	40
Lipidi	g.	80
Glicidi	g.	360
Sodio	mg	426
Potassio	mg	2153
Fosforo	mg	761

Spettanze sulle 24 ore

Alimenti	Grammi a crudo
Carne	50
Fior di latte	50
Pasta di semola	100
Pastina aproteica	50
Pane aproteico	200
Fette biscottate Aproteiche	60
Ortaggi (media)	300
Frutta(media)	500
Marmellata	50
Zucchero	20
Olio	50
Tè/Orzo	q.b.

Esempio di distribuzione giornaliera

Alimenti	Grammi
Colazione	
Tè o orzo	q.b.
Fette biscottate aproteiche	60
Marmellata	50
Zucchero	20
Pranzo	
Pasta di semola	100
Carne	50
Pane aproteico	100
Ortaggi	150
Frutta	250
Olio	25
Cena	
Pastina aproteica	50
Fior di latte	50
Pane aproteico	100
Ortaggi	150
Frutta	250
Olio	25

**DIETETICO REGIONALE****Allegato_B**
Pag: 18 di 48

Alimento da sostituire	g.	Alimento per la sostituzione	g.
Carne	50	Petto di pollo o di tacchino	50
		Filetto di pesce	80
		Pollo con osso	125
Fior di latte	50	Formaggini	60
		Stracchino	50
		Uovo + formaggino	(n.1+1)
		Formaggio spalmebile	60
		Uova	(n.2)

NOTE: è preferibile suddividere i generi inviati per la colazione, prevedendo una merenda pomeridiana con té o orzo (se possibile) fette biscottate aproteiche g.30 marmellata g 25 zucchero g.10

**DIETA IPOPROTEICA PER DIABETICI**

1800 Kcal

Dieta a basso contenuto proteico, con prevalenza di proteine di origine animale, a basso tenore di fosforo e potassio, e di zuccheri semplici, indicata per pazienti con insufficienza renale e diabete

Composizione bromatologica		
Proteine	g.	45
Lipidi	g.	80
Glicidi	g.	230
Sodio	mg	455
Potassio	mg	2079
Fosforo	mg	826

Spettanze sulle 24 ore

Alimenti	Grammi a crudo
Latte	150
Carne	50
Fior di latte	50
Pasta di semola	100
Pane aproteico	100
Fette biscottate aproteiche	60
Ortaggi (media)	300
Frutta(media)	400
Olio	50
Tè/Orzo	q.b.

*Esempio di distribuzione
giornaliera*

Alimenti	Grammi
Colazione	
Latte	150
Fette biscottate aproteiche	60
Pranzo	
Pasta di semola	60
Carne	50
Pane aproteico	50
Ortaggi	150
Frutta	200
Olio	25
Cena	
Pasta di semola	40
Fior di latte	50
Pane aproteico	50
Ortaggi	150
Frutta	150
Olio	25

**DIETETICO REGIONALE****Allegato_B**
Pag: 20 di 48

Alimento da sostituire	g.	Alimento per la sostituzione	g.
Carne	50	Petto di pollo o di tacchino	50
		Filetto di pesce	80
		Pollo con osso	125
Omogeneizzato di carne	120	Formaggini	60
		Stracchino	50
		Uovo + formaggino	(n.1+1)
		Formaggio spalmebile	60
		Uova	(n.2)

NOTE: è preferibile suddividere i generi inviati per la colazione, prevedendo una merenda pomeridiana con: the o orzo (se possibile) Fette biscottate aprotiche g 30

**DIETA IPOPROTEICA PER EPATOPAZIENTI**

1750 Kcal

Dieta a basso contenuto proteico, con prevalenza di proteine di origine vegetale o latteocasearia, con zuccheri semplici, adatta per pazienti con epatite cronica attiva o cirrosi epatica in fase di scompenso

Composizione bromatologica		
Proteine	g.	50
Lipidi	g.	55
Glicidi	g.	280
Sodio	mg	518

Spettanze sulle 24 ore

Alimenti	Grammi a crudo
Carne	50
Fior di latte	50
Pasta di semola	100
Pane	100
Fette biscottate	30
Ortaggi (media)	300
Frutta(media)	450
Marmellata	50
Zucchero	20
Olio	40
Tè o Orzo	q.b.

Esempio di distribuzione giornaliera

Alimenti	Grammi
Colazione	
Tè o orzo	q.b
Fette biscottate	30
Marmellata	50
Zucchero	20
Pranzo	
Pasta di semola	60
Carne	50
Pane	50
Ortaggi	150
Frutta	250
Olio	20
Cena	
Pasta di semola	40
Fior di latte	50
Pane	50
Ortaggi	150
Frutta	200
Olio	20

**DIETETICO REGIONALE****Allegato_B**
Pag: 22 di 48

Alimento da sostituire	g.	Alimento per la sostituzione	g.
Carne	50	Petto di pollo o di tacchino	50
		Filetto di pesce	80
		Pollo con osso	125
Fior di latte	50	Formaggini	60
		Stracchino	50
		Uovo + formaggino	(n.1+1)
		Formaggio spalmabile	60
		Uova	(n.2)

NOTE: in caso di necessità per ridurre ulteriormente la quota proteica della dieta è sufficiente sostituire la pasta comune con pasta aproteica (proteine totali g. 37). Qualora si ritenga utile fornire unicamente proteine animali di origine lattiero casearia, la carne g.50 può essere sostituita con g. 200 di latte magro.

**DIETA PER PAZIENTI SOTTOPOSTI A DIALISI**

2100 Kcal

Dieta a contenuto proteico controllato, a basso tenore di fosforo e potassio, con zuccheri semplici, adatta per pazienti in trattamento emodialitico

Composizione bromatologica		
Proteine	g.	80
Lipidi	g.	95
Glicidi	g.	230
Sodio	mg	786
Potassio	mg.	2283
Fosforo	mg.	1136

Spettanze sulle 24 ore

Alimenti	Grammi a crudo
Latte intero	200
Carne	100
Fior di latte	100
Pasta di semola	100
Pane	100
Fette biscottate	30
Ortaggi (media)	300
Frutta(media)	400
Marmellata	50
Zucchero	20
Burro	10
Olio	50
Orzo/Tè	q.b.

*Esempio di distribuzione
giornaliera*

Alimenti	Grammi
Colazione	
Latte	200
Fette biscottate	30
Marmellata	50
Zucchero	20
Burro	10
Pranzo	
Pasta di semola	60
Carne	100
Pane	50
Ortaggi	50
Frutta	200
Olio	25
Cena	
Pasta di semola	40
Fior di latte	100
Pane	50
Ortaggi	150
Frutta	200
Olio	25

**DIETETICO REGIONALE****Allegato_B**
Pag: 24 di 48

Alimento da sostituire	g.	Alimento per la sostituzione	g.
Carne	100	Petto di pollo o di tacchino	100
		Filetto di pesce	150
		Pollo con osso	200
Fior di latte	50	Formaggini per infanzia	60
		Stracchino	100
		Uova	(n.2)

NOTE: Al fine di controllare l'apporto idrico giornaliero, si consiglia di confezionare il primo piatto della cena senza brodi

**DIETA RIALIMENTAZIONE LIQUIDA**

1700 Kcal

Regime progressivo di alimentazione completamente liquido, ipocalorico, di facile digeribilità ed a basso residuo, utilizzabile dopo intervento chirurgico.

Composizione bromatologica		
Proteine	g.	55
Lipidi	g.	45
Glicidi	g.	280

Spettanze sulle 24 ore

Alimenti	Grammi a crudo
Tè	q.b.
Biscotto Solubile	30
Pasta di semola	60
Omogeneizzati di carne	320
Patate (purea)	400
Succo di frutta	500
Parmigiano	10
Olio extravergine	10
Burro	10
Zucchero	10

*Esempio di distribuzione
giornaliera*

Alimenti	Grammi
Colazione	
Tè	q.b.
Biscotto solubile	30
Zucchero	10
Pranzo	
Pasta di semola	30
Omogeneizzato carne	160
Purea di patate	200
Succo di frutta	250
Olio	5
Burro	5
Parmigiano	5
Cena	
Pasta di semola	30
Omogeneizzato carne	160
Purea di patate	200
Succo di frutta	250
Olio	5
Burro	5
Parmigiano	5

**DIETETICO REGIONALE****Allegato_B
Pag: 26 di 48**

Alimento da sostituire	g.	Alimento per la sostituzione	g.
Pasta di semola	30	Crema di riso	30
		Riso	30

NOTE: purea confezionato s/ latte per basso residuo. Succhi di frutta s/polpa a basso residuo. Sostituire omogeneizzati con formaggini solubili per variazioni non a basso residuo.

**DIETA RIALIMENTAZIONE SEMISOLIDA**

2000 Kcal

Regime a consistenza intermedia tra liquida e solida, a contenuto medio in energia, a basso residuo previsto per la rialimentazione dopo intervento chirurgico

Composizione bromatologica		
Proteine	g.	85
Lipidi	g.	65
Glicidi	g.	280

Spettanze sulle 24 ore

Alimenti	Grammi a crudo
Tè	q.b.
Fette biscottate	30
Pasta di semola	80
Pane all'olio	100
Bovino adulto	120
Filetto di pesce	180
Patate	400
Frutta fresca (media)	400
Parmigiano	10
Olio extravergine	40
Zucchero	10

*Esempio di distribuzione
giornaliera*

Alimenti	Grammi
Colazione	
Tè	q.b.
Fette biscottate	30
Zucchero	10
Pranzo	
Pasta di semola	40
Bovino	120
Purea di patate	200
Frutta cotta	200
Pane all'olio	50
Olio	20
Parmigiano	5
Cena	
Pasta di semola	40
Filetto di pesce	180
Purea di patate	200
Frutta cotta	200
Pane all'olio	50
Olio	20
Parmigiano	5

**DIETETICO REGIONALE****Allegato_B
Pag: 28 di 48**

Alimento da sostituire	g.	Alimento per la sostituzione	g.
Bovino adulto	120	Petto pollo tritato	140
		Filetto di pesce	180
Frutta	200	Equivalente mousse di frutta o succhi di frutta	200

**DIETA SOFFICE**

2000 Kcal

Dieta equilibrata, di consistenza morbida/soffice per pazienti con difficoltà di masticazione e/o di deglutizione.

Composizione bromatologica		
Proteine	g.	100
Lipidi	g.	70
Glicidi	g.	240

Spettanze sulle 24 ore

Alimenti	Grammi a crudo
Latte intero	200
Fette biscottate	30
Pasta di semola	140
Pane all'olio	100
Bovino adulto	120
Sogliola	180
Ortaggi (media)	400
Frutta fresca (media)	400
Parmigiano	10
Olio extravergine	40
Marmellata	25
Zucchero	10
Orzo/Tè	q.b.

*Esempio di distribuzione
giornaliera*

Alimenti	Grammi
Colazione	
Latte	200
Fette biscottate	30
Marmellata	25
Zucchero	10
Pranzo	
Pasta di semola (formato piccolo)	100
Bovino	120
Ortaggi	200
Frutta	200
Pane	50
Olio	20
Parmigiano	5
Cena	
Pasta di semola	40
Sogliola	180
Ortaggi	200
Frutta	200
Pane	50
Olio	20
Parmigiano	5

**DIETETICO REGIONALE****Allegato_B**
Pag: 30 di 48

Alimento da sostituire	g.	Alimento per la sostituzione	g.
Pasta di semola	100	Riso	100
		Pasta + patate	40+150
		Gnocchi	200
Bovino adulto	120	Petto tacchino/pollo	140
		Pollo con osso	300
		Filetto di pesce	180
		Uova	nr.2
		Formaggio fresco + prosciutto crudo o cotto	60+60
Ortaggi cotti	200	Patate/purea	200
		Zucchine/carote lesse	200
		Passato di verdura	200
		Bietina / spinaci	200

**DIETA PER DISFAGIA**

2350 Kcal

Dieta confezionata con alimenti di consistenza cremosa, per pazienti con disfagia per i liquidi e per i solidi

Composizione bromatologica		
Proteine	g.	65
Lipidi	g.	95
Glucidi	g.	315

Spettanze sulle 24 ore

Alimenti	Grammi a crudo
Latte intero (*)	400
Omogeneizzato di manzo	240
Parmigiano	10
Yogurt magro	125
Semolino	100
Biscotti tipo frollini	100
Patate	200
Carote	200
Omogeneizzato di frutta	240
Miele	40
Burro	20
Olio extravergine di oliva	30
Brodo vegetale	400
Orzo/Tè	q.b.

(*) 100g di latte per la confezione del purè.

*Esempio di distribuzione
giornaliera*

Alimenti	Grammi
Colazione	
Latte intero	300
Biscotti tipo frollini	100
Miele	40
Yogurt magro cremoso	125
Pranzo	
Semolino	50
Omogeneizzato di manzo	120
Purea di patate	200
Omogeneizzato di frutta	120
Olio extravergine di oliva	15
Cena	
Semolino	50
Omogeneizzato di manzo	120
Purea di carote	200
Omogeneizzato di frutta	120
Olio extravergine di oliva	15

**DIETETICO REGIONALE****Allegato_B**
Pag: 32 di 48

Alimento da sostituire	g.	Alimento per la sostituzione	g.
Biscotti tipo frollini	50	Biscotto granulare	50
Semolino	50	Crema di riso	50
Omogeneizzato di manzo	120	Omogeneizzati di pollo, tacchino, coniglio, pesce, ecc.	120
		Formaggino	60
		Formaggio spalmabile	100

NOTE: Qualora si tratti di pazienti con problemi cardiocircolatori (ad es. post-ictus o post-infarto) il contenuto lipidico della dieta può essere ridotto utilizzando latte parzialmente o completamente scremato. E' preferibile suddividere i generi previsti per la colazione, prevedendo uno spuntino a metà mattina **con** yogurt magro cremoso g 125 e una merenda pomeridiana con: latte intero g 150 biscotti tipo frollini g 50 miele g 20. Il primo piatto deve essere confezionato senza parmigiano. Il latte g 100, il parmigiano g 10 ed il burro g 20 devono essere utilizzati per il confezionamento del purea.

E' possibile ridurre la consistenza del pasto tramite l'aggiunta di una parte di brodo vegetale, o di aumentarla attraverso l'aggiunta di sostanze addensanti come gelatine, farine istantanee (es. amido di riso, amido di mais, fecola di patate, ecc.). Per garantire una adeguata idratazione può essere necessario ricorrere a prodotti appositamente formulati come l'acqua gelificata o addensanti insapori per bevande.

**DIETA LIQUIDA**

2000 Kcal

Dieta di consistenza liquida, per pazienti con difficoltà di masticazione e deglutizione, pazienti con traumi del massiccio facciale

Composizione bromatologica		
Proteine	g.	65
Lipidi	g.	90
Glicidi	g.	250

Spettanze sulle 24 ore

Alimenti	Grammi a crudo
latte intero	250
yogurt intero	125
Omogeneizzato carne	240
Parmigiano	20
Formaggino	30
Semolino	80
Biscotti	50
Passato ortaggi	300
Omogeneizzati frutta	240
Miele	60
Zucchero	20
Olio extravergine Oliva	45
Orzo/Tè	q.b.

Esempio di distribuzione giornaliera

Alimenti	Grammi
Colazione	
Latte intero	250
Biscotti	50
Miele	60
Yogurt intero cremoso	125
Zucchero	20
Pranzo	
Semolino	40
Parmigiano	10
Omogeneizzato di carne	120
Formaggino(supplemento)	30
Ortaggi (passati o frullati)	150
Omogeneizzato di frutta	120
Olio extravergine di Oliva	25
Cena	
Semolino	40
Parmigiano	10
Omogeneizzato di carne	120
Ortaggi (passati/frullati)	150
Omogeneizzato di frutta	120
Olio extr. Oliva	20

**DIETETICO REGIONALE****Allegato_B**
Pag: 34 di 48

Alimento da sostituire	g.	Alimento per la sostituzione	g.
Semolino	40	Crema di riso	40
Omogeneizzato di carne	120	Formaggini	90
		Stracchino	100
		Formaggio spalmabile	100
Passato di ortaggi	150	Omogeneizzato di verdura	150
		purea di patate o carote	150

**DIETA A BASSO RESIDUO**

2250 Kcal

Tutte le condizioni in cui è necessario limitare l'apporto di fibra (Diarrea acuta, gastroenteriti, coliti infiammatorie acute, preparazione specifica per esami diagnostico-strumentali epatiche e gastro-entero-coliche, periodi pre-post-operatori).

Composizione bromatologica		
Proteine	g.	85
Lipidi	g.	60
Glicidi	g.	350
Fibra totale	g.	10

Spettanze sulle 24 ore

Alimenti	Grammi a crudo
Tè	q.b.
Zucchero	20
Fette biscottate	30
Riso	140
Bovino adulto	120
Pane	150
Filetto di pesce	150
Patate	200
Succo di frutta	400
Parmigiano	10
Olio extra vergine	50

*Esempio di distribuzione
giornaliera*

Alimenti	Grammi
Colazione	
Tè	q.b.
Fette biscottate	30
Zucchero	20
Pranzo	
Riso	100
Bovino adulto	120
Patate	100
Pane	50
Succo di frutta	200
Olio	25
Parmigiano	5
Cena	
Riso	40
Filetto di pesce	150
Patate	100
Pane	100
Succo di frutta	200
Olio	25
Parmigiano	5

**DIETETICO REGIONALE****Allegato_B**
Pag: 36 di 48

Alimento da sostituire	g.	Alimento per la sostituzione	g.
Succo di frutta	200	Omogeneizzato di frutta	160
Bovino adulto	120	Filetto di pesce	180
		Petto di pollo/tacchino	140
		Formaggio fresco +Prosciutto cotto/crudo	60+60
		Parmigiano	50
Riso	100	Pasta di semola	100
		Pasta e patate	40+150

**DIETA LATTO-OVO-VEGETARIANA**

2300 Kcal

Regime dietetico normocalorico contenente alimenti di origine vegetale e proteine animali derivanti esclusivamente da latte, derivati e uova. Riservata a pazienti che, per scelta personale, non desiderano assumere carne e pesce.

Composizione bromatologica		
Proteine	g.	75
Lipidi	g.	75
Glicidi	g.	320

Spettanze sulle 24 ore

Alimenti	Grammi a crudo
Latte intero	200
Fette biscottate	30
Marmellata	25
Pasta di semola	140
Pane	100
Fior di latte	100
Legumi secchi	50
Ortaggi	600
Frutta	400
Olio	40
Parmigiano	10
Orzo/Tè	q.b.

*Esempio di distribuzione
giornaliera*

Alimenti	Grammi
Colazione	
Latte intero	200
Fette biscottate	30
Marmellata	25
Pranzo	
Pasta di semola	100
Fior di latte	100
Pane 00	50
Ortaggi	300
Olio	20
Parmigiano	5
Frutta	200
Cena	
Pasta di semola	40
Legumi secchi	50
Pane	50
Ortaggi	300
Olio	20
Parmigiano	5
Frutta	200

**DIETETICO REGIONALE****Allegato_B**
Pag: 38 di 48

Alimento da sostituire	g.	Alimento per la sostituzione	g.
Pasta di semola	100	Riso	100
		Pasta + legumi secchi	50+40
		Pasta + patate	50+150
		Gnocchi	300
Fior di latte	100	Legumi secchi	50
		Formaggio stagionato	50
		Uova	n..2
Ortaggi cotti	300	Ortaggi crudi a foglia (lattuga)	120
		Ortaggi crudi (pomodori finocchi)	300
		Patate/purea	300

**DIETA PEDIATRICA (1-3 mesi)**

600 Kcal

Composizione bromatologica		
Proteine	g.	15
Lipidi	g.	30
Glucidi	g.	65

Spettanze sulle 24 ore

Alimenti	Grammi a crudo
Formula di partenza	900

*Esempio di distribuzione
giornaliera*

Alimenti	Grammi
6 pasti	
Formula di partenza	150

**DIETA PEDIATRICA (4-6 mesi)**

800 Kcal

Composizione bromatologica		
Proteine	g.	20
Lipidi	g.	35
Glucidi	g.	100

Spettanze sulle 24 ore

Alimenti	Grammi a crudo
Formula di partenza	1.000
Crema di riso	30

*Esempio di distribuzione
giornaliera*

Alimenti	Grammi
5 pasti	
Formula di partenza	250
Crema di riso	6

Alimento da sostituire	g.	Alimento per la sostituzione	g.
Crema di riso	30	Crema di mais e tapioca	30

**DIETA PEDIATRICA (7-9 mesi)**

1000 Kcal

Composizione bromatologica		
Proteine	g.	25
Lipidi	g.	50
Glucidi	g.	110

Spettanze sulle 24 ore

Alimenti	Grammi a crudo
Latte di proseguimento	500
Crema di riso	24
Brodo vegetale	400
Passato di verdure	100
Pastina "000"	50
Parmigiano	5
Olio	20
Omogeneizzato	80
Omogeneizzato di frutta	160

*Esempio di distribuzione
giornaliera*

Alimenti	Grammi
2 pasti	
Latte di proseguimento	250
Crema di riso	12
2 pasti	
Brodo vegetale (carota, patata, zuccina, lattuga)	200
Passato di verdure	50
Pastina "000"	25
Parmigiano	2,5
Olio	10
Omogeneizzato carne	40
Omogeneizzato frutta	80

Alimento da sostituire	g.	Alimento per la sostituzione	g.
Crema di riso	12	Crema multi cereali	12
		Biscotto granulato	10
Pastina "000"	25	Crema multi cereali	25
Omogeneizzato di carne	40	Liofilizzato di carne	5

**DIETA PEDIATRICA (10-12 mesi)**

1000 Kcal

Composizione bromatologica		
Proteine	g.	35
Lipidi	g.	40
Glucidi	g.	120

Spettanze sulle 24 ore

Alimenti	Grammi a crudo
Latte di proseguimento	500
Biscotti primi mesi	30
Brodo vegetale	400
Passato di verdure	100
Pastina "000"	50
Parmigiano	5
Olio	20
Carne fresca frullata	80
Omogeneizzato di frutta	160

*Esempio di distribuzione
giornaliera*

Alimenti	Grammi
2 pasti	
Latte di proseguimento	250
Biscotti primi mesi	15
2 pasti	
Brodo vegetale	250
Passato di verdure	50
Pastina "000"	25
Parmigiano	2,5
Olio	10
Carne fresca frullata	40
Omogeneizzato frutta	80

Alimento da sostituire	g.	Alimento per la sostituzione	g.
Biscotti primi mesi	15	Crema multi cereali	17
		Crema di riso	17
Pastina "000"	25	Crema multi cereali	25
Carne fresca frullata	40	Crema di riso	25
		Omogeneizzato di carne	80
		Omogeneizzato di pesce	80

**DIETA PEDIATRICA (1-2 anni)**

1150 Kcal

Composizione bromatologica		
Proteine	g.	45
Lipidi	g.	40
Glucidi	g.	155

Spettanze sulle 24 ore

Alimenti	Grammi a crudo
Latte vaccino intero	250
Zucchero	10
Biscotti per l'infanzia	20
Frutta	350
Pasta di semola	80
Parmigiano	10
Carne	40
Verdura	200
Olio	20
Yogurt intero con frutta	125
Merluzzo	40

*Esempio di distribuzione
giornaliera*

Alimenti	Grammi
Colazione	
Latte vaccino intero	250
Zucchero	10
Biscotti per l'infanzia	20
Spuntino	
Mela	150
Pranzo	
Pasta di semola	40
Parmigiano	5
Carne	40
Mela	100
Verdura	100
Olio	10
Merenda	
Yogurt intero con frutta	125
Cena	
Pasta di semola	40
Parmigiano	5
Merluzzo	50
Pera	100
Verdura	100
Olio	10

**DIETETICO REGIONALE****Allegato_B**
Pag: 44 di 48

Alimento da sostituire	g.	Alimento per la sostituzione	g.
Carne o pesce	40	Mozzarella	40
		Formaggino	60
		Uovo	n.1
		Prosciutto crudo	30
		Legumi freschi	50
		Legumi secchi	20
Biscotti per l'infanzia	20	Biscotto granulato	20
Mela/pera	150	Frutta fresca	150
Pasta di semola	40	Semolino o farine di cereali	140
		Patate	150

**DIETA PEDIATRICA (3-6 anni)**

1700 KCal

Composizione bromatologica		
Proteine	g.	70
Lipidi	g.	60
Glucidi	g.	225

Spettanze sulle 24 ore

Alimenti	Grammi a crudo
Latte vaccino intero	250
Zucchero	10
Biscotti secchi	30
Frutta	450
Pasta di semola	110
Parmigiano	10
Carne	160
Verdura	300
Olio	30
Yogurt intero con frutta	125
Pane	30
Cornflakes	20

*Esempio di distribuzione
giornaliera*

Alimenti	Grammi
Colazione	
Latte vaccino intero	250
Zucchero	10
Biscotti secchi	30
Spuntino	
Mela	150
Pranzo	
Pasta di semola	60
Parmigiano	5
Carne	80
Mela	150
Verdura	150
Pane	30
Olio	15
Merenda	
Yogurt intero con frutta	125
Cornflakes	20
Cena	
Pasta di semola	50
Parmigiano	5
Carne	80
Pera	150
Verdura	150
Olio	15

**DIETETICO REGIONALE****Allegato_B**
Pag: 46 di 48

Alimento da sostituire	g.	Alimento per la sostituzione	g.
Carne	80	Mozzarella	75
		Formaggio stagionato	50
		Uovo	n.1
		Prosciutto crudo	80
		Legumi freschi	230
		Legumi secchi	80
Biscotti secchi	30	Cereali 30g	30
		Pane+marmellata	25+15
Pasta di semola	80	Riso	50
		Pane	60
		Patate	200
		Polenta	50
Pane	30	Pasta di semola	20
		Patate	80
Yogurt con frutta	125	Latte intero	150+5

**DIETA PEDIATRICA (7-12 anni)**

2300 KCal

Composizione bromatologica		
Proteine	g.	90
Lipidi	g.	65
Glucidi	g.	355

Spettanze sulle 24 ore

Alimenti	Grammi a crudo
Latte vaccino intero	250
Zucchero	10
Biscotti secchi	50
Frutta	500
Pasta di semola	100
Parmigiano	10
Carne	200
Verdura	400
Olio	40
Yogurt intero con frutta	125
Pane	160
Cornflakes	30

*Esempio di distribuzione
giornaliera*

Alimenti	Grammi
Colazione	
Latte vaccino intero	250
Zucchero	10
Biscotti secchi	50
Spuntino	
Mela	150
Pranzo	
Pasta di semola	100
Parmigiano	10
Carne	100
Mela	150
Verdura	200
Pane	60
Olio	20
Merenda	
Yogurt intero con frutta	125
Cornflakes	30
Cena	
Pane	100
Carne	100
Pera	150
Verdura	200
Olio	20

**DIETETICO REGIONALE****Allegato_B**
Pag: 48 di 48

Alimento da sostituire	g.	Alimento per la sostituzione	g.
Carne	100	Mozzarella	90
		Formaggio stagionato	60
		Uovo	n.2
		Prosciutto crudo	100
		Legumi freschi	290
		Legumi secchi	100
Biscotti secchi	30	Cereali	50
		Pane+marmellata	30+25
Pasta di semola	80	Riso	100
		Pane	120
		Patate	400
		Polenta	100
		Patate	80