

AZIENDA SANITARIA UNICA REGIONALE
Area Vasta 5



DIETETICO
R.S.A., R.P., S.R.R., CENTRO
DIURNO E HOSPICE

DIETA ORDINARIA PER R.S.A./R.P.
SCHEMA ALIMENTARE DI BASE PER R.S.A./R.P.

Cal.: 2274; glicidi: g.311 (51%); lipidi: g.72 (29%); protidi: g.112 (20%)

COLAZIONE

LATTE PARZIALMENTE SCREMATO	g. 200
CAFFE' D'ORZO	s.q.
FETTE BISCOTTATE	g. 30
MARMELLATA DI FRUTTA	g. 25
BURRO	g. 10
ZUCCHERO	g. 10

PRANZO

PASTA COMUNE	g. 100
PARMIGIANO	g. 5
MANZO MAGRO	g. 100
VERDURA	g. 200
OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA	g. 20
PANE COMUNE	g. 60
FRUTTA FRESCA	g. 150

MERENDA

LATTE PARZIALMENTE SCREMATO	g. 200
CAFFE' D'ORZO	s.q.
BISCOTTI SECCHI	g. 30
ZUCCHERO	g. 10

CENA

PASTINA COMUNE IN BRODO	g. 30
PARMIGIANO	g. 5
MERLUZZO	g. 180
VERDURA	g. 200
OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA	g. 20
PANE COMUNE	g. 60
FRUTTA FRESCA	g. 150

MENU' R.S.A./R.P. 1° SETTIMANA

➤ Colazione	
Latte parzialmente scremato	g. 200
Fette biscottate	g. 30
Marmellata	g. 25
Burro	g. 10
Zucchero	g. 10

LUNEDI

➤ Pranzo		➤ Cena	
Pasta all'amatriciana	g. 100	Pastina in brodo di carne	g. 30
Fusilli prosciutto e asparagi	g. 100		
Tacchino med. asp.	g. 100	Carne alla pizzaiola	g. 100
Arista di maiale	g. 100	Prosciutto cotto/crudo Parma	g. 60
Verdura cotta di stagione	g. 200	Macedonia di verdure	g. 200
Frutta fresca	g. 150	Frutta fresca	g. 150

MARTEDI

Risotto ai funghi	g. 100	Crema di carote con pastina	g. 30
Pasta al pomodoro	g. 100		
Pesce in guazzetto	g. 180	Polpettine al pomodoro	g. 100
Coniglio alla cacciatora	g. 220	Svizzera	g. 100
Verdura cotta di stagione	g. 200	Carote	g. 200
Frutta fresca	g. 150	Frutta fresca	g. 150

MERCOLEDI

Pasta prosciutto e piselli	g. 100	Zuppa di farro	g. 30
Pasta al ragù	g. 100		
Pollo arrosto	g. 220	Formaggio (ricotta di mucca)	g. 100
Svizzera al forno	g. 100	Prosciutto crudo Parma/cotto	g. 60
Patate lesse	g. 150	Insalata sottile	g. 150
Frutta fresca	g. 150	Frutta fresca	g. 150

GIOVEDI

Gnocchi al pomodoro	g. 250	Crema di asparagi con riso	g. 30
Pasta al forno	g. 100		
Arista di maiale	g. 100	Omelette con spinaci	g. 80
Involtoni manz. form/prosc.cotto	g. 100	Petto di tacchino	g. 100
Piselli	g. 150	Purè di patate	g. 100
Frutta fresca	g. 150	Frutta fresca	g. 150

VENERDI

Risotto alla pescatora	g. 100	Crema di ceci con pastina	g. 50
Pasta con verdure	g. 100		
Pesce al forno	g. 180	Arrosto di tacchino	g. 100
Omelette con formaggio	g. 80	Formaggio (stracchino)	g. 100
Patate arrosto	g. 150	Spinaci	g. 200
Frutta fresca	g. 150	Frutta fresca	g. 150

SABATO

Pasta al pomodoro	g. 100	Passato di verdure con pasta	g. 30
Pasta con ricotta e speck	g. 100		
Pollo arrosto	g. 220	Prosciutto cotto/ crudo di Parma	g. 80
Cotoletta manz. milan. al forno	g. 100	Omelette con funghi	g. 80
Verdura cotta di stagione	g. 200	Verdura cotta di stagione	g. 200
Frutta fresca	g. 150	Frutta fresca	g. 150

DOMENICA

Pasta ripiena (agnol., tortel, las.)	g. 150	Pasta all'uovo in brodo	g. 30
Arrosto di vitello	g. 100	Petto di pollo ai ferri	g. 100
Saltimbocca alla romana	g. 100	Formaggio (parmigiano)	g. 60
Piselli o funghi	g. 150	Fagiolini	g. 150
Macedonia di frutta	g. 150	Frutta fresca	g. 150
Dolce	g. 80/100		

➤ Merenda

Latte parz. screm.	g. 200
Biscotti secchi	g. 30
Zucchero	g. 10

MENU' R.S.A./R.P. 2° SETTIMANA**➤ Colazione**

Latte parz. screm.	g. 200
Fette biscottate	g. 30
Marmellata	g. 25
Burro	g. 10
Zucchero	g. 10

LUNEDI**➤ Pranzo**

Minestrone di verdure con pasta	g. 30
Pasta pomodoro e basilico	g. 100
Saltimbocca alla romana	g. 100
Insalata di pollo lesso	g. 220
Verdura cotta di stagione	g. 200
Frutta fresca	g. 150

➤ Cena

Pasta all'uovo in brodo	g. 30
Carne alla pizzaiola	g. 100
Formaggio (mozzarella)	g. 100
Purè di patate	g. 100
Frutta fresca	g. 150

MARTEDI

Pasta ricotta e speck	g. 100	Zuppa di farro	g. 30
Risotto all'ortolana	g. 100		
Fesa di tacchino al forno	g. 100	Pesce lesso/al forno	g. 180
Pesce gratinato	g. 180	Involtini di manzo con verdure	g. 100
Sformato di verdure	g. 200	Patate lesse prezzemolate	g. 150
Frutta fresca	g. 150	Frutta fresca	g. 150

MERCOLEDI

Risotto allo zafferano	g. 100	Passato di verdure con pastina	g. 30
Pasta al ragù	g. 100		
Spezzatino di vitello	g. 100	Petto di pollo ai ferri	g. 100
Svizzera al forno	g. 100	Formaggio	g. 80
Carote e zucchine	g. 200	Verdura cotta di stagione	g. 200
Frutta fresca	g. 150	Frutta fresca	g. 150

GIOVEDI

Gnocchi al pesto/pomodoro	g. 250	Zuppa d'orzo con pasta	g. 30
Pasta all'arrabbiata	g. 100		
Spezzatino di pollo al pomodoro	g. 220	Polpettine al pomodoro	g. 100
Involtini melanz.-moz.-pomod.	g. 100	Omelette al prosciutto cotto	g. 80
Verdure grigliate	g. 200	Funghi trifolati	g. 200
Frutta fresca	g. 150	Frutta fresca	g. 150

VENERDI

Pasta con tonno e olive	g. 100	Passato di verdure con riso	g. 30
Riso e lenticchie	g.30/50		
Pesce alla livornese	g. 180	Svizzera al forno	g. 100
Polpettone di tonno	g. 100	Frittata con verdure	g. 80
Patate lesse	g. 150	Verdura di stagione gratinata	g. 200
Frutta fresca	g. 150	Frutta fresca	g. 150

SABATO

Pasta al forno	g. 100	Passato di fagioli con pastina	g. 30
Risotto agli spinaci	g. 10		
Scaloppine di tacchino al limone	g. 100	Pizza margherita/farcita	g. 180
Coniglio al forno	g. 220	Arrosto di vitello	g. 100
Piselli alla francese	g. 150	Verdura cruda sottile	g. 150
Frutta fresca	g. 150	Frutta fresca	g. 150

DOMENICA

Tagliatelle al ragù	g. 100	Stracciatella in brodo	g. 30
Tortellini al pomodoro	g. 150		
Pollo arrosto	g. 220	Involtini prosciutto e formaggio	g. 60
Fesa di tacchino arrosto	g. 100	Cotoletta alla milan. al forno	g. 100
Patate arrosto	g. 150	Macedonia di verdure	g. 200
Macedonia di frutta	g. 150	Frutta fresca	g. 150
Dolce	g.80/100		

➤ Merenda

Latte parz. screm.	g. 200
Biscotti secchi	g. 30
Zucchero	g. 10

DIETA ORDINARIA PER S.R.R./C. DIURNO**SCHEMA ALIMENTARE DI BASE PER S.R.R./C. DIURNO**

Cal.: 3000; glicidi: g.450 (56%); lipidi: g.85 (26%); protidi: g.130 (18%)

COLAZIONE

LATTE PARZIALMENTE SCREMATO	g. 250
CAFFE' D'ORZO	s.q.
FETTE BISCOTTATE	g. 45
MARMELLATA DI FRUTTA	g. 50
BURRO	g. 20
ZUCCHERO	g. 20

PRANZO

PASTA COMUNE	g. 130
PARMIGIANO	g. 5
MANZO MAGRO	g. 130
VERDURA	g. 300
OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA	g. 20
PANE COMUNE	g. 80
FRUTTA FRESCA	g. 200

MERENDA

LATTE PARZIALMENTE SCREMATO	g. 250
CAFFE' D'ORZO	s.q.
BISCOTTI SECCHI	g. 50
ZUCCHERO	g. 20

CENA

PASTINA COMUNE IN BRODO	g. 50
PARMIGIANO	g. 5
MERLUZZO	g. 220
VERDURA	g. 300
OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA	g. 20
PANE COMUNE	g. 80
FRUTTA FRESCA	g. 200



MENU' S.R.R./C. DIURNO 1° SETTIMANA

➤ Colazione	
Latte parzialmente scremato	g. 250
Fette biscottate	g. 45
Marmellata	g. 50
Burro	g. 20
Zucchero	g. 20

LUNEDI

➤ Pranzo		➤ Cena	
Pasta all'amatriciana	g. 130	Pastina in brodo di carne	g. 50
Fusilli prosciutto e asparagi	g. 130		
Tacchino med. asp.	g. 130	Carne alla pizzaiola	g. 130
Arista di maiale	g. 130	Prosciutto crudo Parma/cotto	g. 100
Verdura cotta di stagione	g. 300	Macedonia di verdure	g. 300
Frutta fresca	g. 200	Frutta fresca	g. 200

MARTEDI

Risotto ai funghi	g. 130	Crema di carote con pastina	g. 50
Pasta al pomodoro	g. 130		
Pesce in guazzetto	g. 220	Polpettine al pomodoro	g. 130
Coniglio alla cacciatora	g. 250	Svizzera	g. 130
Verdura cotta di stagione	g. 300	Carote	g. 300
Frutta fresca	g. 200	Frutta fresca	g. 200

MERCOLEDI

Pasta prosciutto e piselli	g. 130	Zuppa di farro	g. 50
Pasta al ragù	g. 130		
Pollo arrosto	g. 250	Formaggio (ricotta di mucca)	g. 150
Svizzera al forno	g. 130	Prosciutto crudo Parma/cotto	g. 100
Patate lesse	g. 250	Insalata sottile	g. 200
Frutta fresca	g. 200	Frutta fresca	g. 200

GIOVEDI

Gnocchi al pomodoro	g. 300	Crema di asparagi con riso	g. 50
Pasta al forno	g. 130		
Arista di maiale	g. 130	Omelette con spinaci	g. 150
Involtoni manz. form/prosc.cotto	g. 130	Petto di tacchino	g. 130
Piselli	g. 250	Purè di patate	g. 150
Frutta fresca	g. 200	Frutta fresca	g. 200

VENERDI

Risotto alla pescatora	g. 130	Crema di ceci con pastina	g. 80
Pasta con verdure	g. 130		
Pesce al forno	g. 220	Arrosto di tacchino	g. 130
Omelette con formaggio	g. 150	Formaggio (stracchino)	g. 120
Patate arrosto	g. 250	Spinaci	g. 300
Frutta fresca	g. 200	Frutta fresca	g. 200

SABATO

Pasta al pomodoro	g. 130	Passato di verdure con pasta	g. 50
Pasta con ricotta e speck	g. 130		
Pollo arrosto	g. 250	Prosciutto cotto/ crudo di Parma	g. 100
Coletta manz. milan. al forno	g. 130	Omelette con funghi	g. 150
Verdura cotta di stagione	g. 300	Verdura cotta di stagione	g. 300
Frutta fresca	g. 200	Frutta fresca	g. 200

DOMENICA

Pasta ripiena (agnol., tortel, las.)	g. 180	Pasta all'uovo in brodo	g. 50
Arrosto di vitello	g. 130	Petto di pollo ai ferri	g. 130
Salimbocca alla romana	g. 130	Formaggio (Parmigiano)	g. 100
Piselli o funghi	g. 250	Fagiolini	g. 250
Macedonia di frutta	g. 200	Frutta fresca	g. 200
Dolce	g. 80/100		

► Merenda

Latte parzialmente scremato	g. 250
Biscotti secchi	g. 50
Zucchero	g. 20

MENU' S.R.R.7C. DIURNO 2° SETTIMANA**➤ Colazione**

Latte parzialmente scremato	g. 250
Fette biscottate	g. 45
Marmellata	g. 50
Burro	g. 20
Zucchero	g. 20

LUNEDI**➤ Pranzo****➤ Cena**

Minestrone di verdure con pasta	g. 50	Pasta all'uovo in brodo	g. 50
Pasta pomodoro e basilico	g. 130		
Saltimbocca alla romana	g. 130	Carne alla pizzaiola	g. 130
Insalata di pollo lesso	g. 250	Formaggio (mozzarella)	g. 120
Verdura cotta di stagione	g. 300	Purè di patate	g. 100
Frutta fresca	g. 200	Frutta fresca	g. 200

MARTEDI

Pasta ricotta e speck	g. 130	Zuppa di farro	g. 50
Risotto all'ortolana	g. 130		
Fesa di tacchino al forno	g. 130	Pesce lesso/al forno	g. 220
Pesce gratinato	g. 220	Involtoni di manzo con verdure	g. 130
Sformato di verdure	g. 300	Patate lesse prezzemolate	g. 250
Frutta fresca	g. 200	Frutta fresca	g. 200

MERCOLEDI

Risotto allo zafferano	g. 130	Passato di verdure con pastina	g. 50
Pasta al ragù	g. 130		
Spezzatino di vitello	g. 130	Petto di pollo ai ferri	g. 130
Svizzera al forno	g. 130	Formaggio	g. 100
Carote e zucchine	g. 300	Verdura cotta di stagione	g. 300
Frutta fresca	g. 200	Frutta fresca	g. 200

GIOVEDI

Gnocchi al pesto/pomodoro	g. 300	Zuppa d'orzo con pasta	g. 50
Pasta all'arrabbiata	g. 130		
Spezzatino di pollo al pomodoro	g. 250	Polpettine al pomodoro	g. 130
Involtoni melanz.-moz.-pomod.	g. 130	Omelette al prosciutto cotto	g. 150
Verdure grigliate	g. 300	Funghi trifolati	g. 300
Frutta fresca	g. 200	Frutta fresca	g. 200

VENERDI

Pasta con tonno e olive	g. 130	Passato di verdure con riso	g. 50
Riso e lenticchie	g. 50/80		
Pesce alla livornese	g. 220	Svizzera al forno	g. 130
Polpettone di tonno	g. 130	Frittata con verdure	g. 150
Patate lesse	g. 250	Verdura di stagione gratinata	g. 300
Frutta fresca	g. 200	Frutta fresca	g. 200

SABATO

Pasta al forno	g. 130	Passato di fagioli con pastina	g. 50
Risotto agli spinaci	g. 130		
Scaloppine di tacchino al limone	g. 130	Pizza margherita/farcita	g. 250
Coniglio al forno	g. 250	Arrosto di vitello	g. 130
Piselli alla francese	g. 250	Verdura cruda sottile	g. 200
Frutta fresca	g. 200	Frutta fresca	g. 200

DOMENICA

Tagliatelle al ragù	g. 130	Stracciatella in brodo	g. 50
Tortellini al pomodoro	g. 180		
Pollo arrosto	g. 250	Involtini prosciutto e formaggio	g. 100
Fesa di tacchino arrosto	g. 130	Cotoletta alla milan. al forno	g. 130
Patate al forno	g. 250	Macedonia di verdure	g. 300
Macedonia di frutta	g. 200	Frutta fresca	g. 200
Dolce	g.100/120		

➤ Merenda

Latte parzialmente scremato	g. 200
Biscotti secchi	g. 30
Zucchero	g. 10

SOSTITUZIONI FISSE

ALIMENTI SOSTITUTIVI DELLO SCHEMA ALIMENTARE DI BASE

(Menù R.S.A., R.P., S.R.R., CENTRO DIURNO e HOSPICE)

➤ PRIMI PIATTI

PRANZO

Pasta comune al pomodoro
Pastina in brodo di carne e/o brodo vegetale
Pastina comune all'olio
Riso con olio e parmigiano
Capellini
Semolino
Crema di riso
Pastina glutinata

CENA

Pastina in brodo di carne e/o brodo vegetale
Pastina all'olio
Riso con olio e parmigiano
Semolino
Crema di riso
Pastina glutinata

➤ SECONDI PIATTI

PRANZO

Carne ai ferri
Carne ai ferri tritata o macinata
Pollo lesso
Svizzera (carne bianca o manzo)
Prosciutto cotto/crudo Parma
Formaggi freschi:
 mozzarella, stracchino, robiola.
Formaggi stagionati:
 galbanino, emmenthal, asiago, parmigiano
Tonno sott'olio sgocciolato
Carne in scatola (Simmenthal)
Omogeneizzati di carni varie
Formaggini

CENA

Carne ai ferri
Carne ai ferri tritata o macinata
Petto di pollo ai ferri
Svizzera (di carne bianca o manzo)
Prosciutto cotto/crudo Parma
Formaggi freschi:
 mozzarella, stracchino, robiola.
Formaggi stagionati:
 galbanino, emmenthal, asiago, parmigiano
Tonno sott'olio sgocciolato
Carne in scatola (Simmenthal)
Omogeneizzati di carni varie
Formaggini

➤ CONTORNI

PRANZO

Insalata
Patate bollite
Purè di patate
Bieta

CENA

Insalata
Patate bollite
Purè di patate
Bieta

➤ FRUTTA

PRANZO/CENA

Frutta cotta
Omogeneizzato di frutta
Succo di frutta con o senza zucchero
Frutta sciroppata
Mela o banana
Polpa di frutta fresca

➤ PANE

PRANZO/CENA

Pane integrale
Pane all'olio

➤ DOLCE (domenica e festivi)	R.S.A.	S.R.R.
Crema	g. 80	g. 100
Panna cotta	g. 80	g. 100
Budino al cioccolato	g. 80	g. 100
Gelato	g. 100	g. 120
Dolce da forno (crostata, ciambella, d. tradizionali...)	g. 80	g. 100

SOSTITUZIONI PER LA COLAZIONE E LA MERENDA

(valide per tutti i giorni)

➤ COLAZIONE	R.S.A.	S.R.R.
Yogurt di latte parz. scremato alla frutta	g. 125	g. 250
Tè	g. 200	g. 250
Biscotti (tipo frollini)	g. 30	g. 50
Succo di frutta con o senza zucchero	g. 125	g. 250
Pane	g. 40	g. 60
Miele	g. 25	g. 50

➤ MERENDA	R.S.A.	S.R.R.
Yogurt di latte parz. scremato alla frutta	g. 125	g. 250
Tè	g. 200	g. 250
Biscotti (tipo frollini)	g. 30	g. 50
Succo di frutta con o senza zucchero	g. 125	g. 250
Pane	g. 40	g. 60
Gelato	g. 100	g. 170
Trancio di pizza al pomodoro	g. 100	g. 150
Panino farcito con:	g. 60	g. 60
• Prosciutto crudo magro	g. 30	g. 60
• Prosciutto cotto	g. 30	g. 60
• Olio extra vergine di oliva	g. 10	g. 15
• Formaggio fresco	g. 40	g. 60
• Formaggio stagionato	g. 30	g. 50
Miele	g. 25	g. 50

NOTE

Al fine di rendere il menù più vario e gradevole, in accordo con i Servizi competenti (Direzione Sanitaria, Servizio di Dietetica e Nutrizione Clinica su segnalazione del Dipartimento Territoriale), si possono effettuare variazioni tenendo conto delle seguenti esigenze:

- **Maggiore utilizzo delle verdure di stagione e variabilità dei modi di preparazione per i clienti in base agli Istituti di appartenenza;**
- **Rispetto della stagionalità dei cibi con appropriato Menù di 2 tipologie (estivo-invernale) articolato su 4 settimane;**
- **Rispetto delle tradizioni culinarie nelle Ricorrenze Religiose e civili autoctone e non (Vigilia di Natale, Natale, Santo Stefano, Capodanno, Carnevale, Vigilia di Pasqua, Pasqua, Ferragosto e festa del Santo Patrono), con la realizzazione di Menù tipici per territorialità.**

Inoltre per altre tipologie di pazienti, ospiti di altre strutture residenziali, necessiterà personalizzare i menù.

Nell'**Hospice**, struttura residenziale con le caratteristiche di "casa", la tipologia di tali pazienti richiede un'elevata intensità assistenziale per le cure palliative delle persone nella fase terminale della vita.

Nei pazienti con malattie tumorali in stadio avanzato, la **malnutrizione proteico-calorica** è un problema ricorrente, dovuto a fattori quali *anoressia, maldigestione, malassorbimento, e difficoltà di masticazione e deglutizione*.

I pazienti malnutriti non sono in grado di tollerare le terapie al contrario dei soggetti in migliori condizioni nutrizionali; infatti la *cachessia* può minacciare la loro vita più degli effetti locali del tumore stesso e si presenta clinicamente con *anoressia, alterazioni della percezione del gusto e di conseguenza perdita di peso con una riduzione generale delle funzioni fisiche, immunitarie e mentali dell'organismo*.

Per tanto si dovrebbero fornire cibi e preparazioni che, consumati in quantità sufficienti a coprire i fabbisogni proteici e calorici, mirino a correggere i deficit nutrizionali e a rendere piacevole, in pazienti in stato terminale, il momento del pasto.

Tali pazienti spesso hanno un'aumentata o ridotta percezione del gusto dolce, la soglia per il gusto salato e acido è spesso aumentata, mentre è diminuita quella per il gusto amaro (responsabile frequentemente dell'avversione alla carne molto presente).

Personalizzare, modificare e ampliare la scelta e/o i quantitativi alimentari, per meglio soddisfare le necessità nutrizionali e della patologia di base, è indispensabile per un'attenta realizzazione dei pasti in tali pazienti che inoltre manifestano nausea, vomito, mucosità ed avversione condizionata per alcuni cibi.

Bisogna offrire un'ampia scelta di cibi che meglio soddisfino tali problematiche come ad esempio: **yogurt, succhi di frutta con o senza zucchero, marmellata, miele, gelati, ampia scelta di frutta fresca e verdura di stagione, preparazioni appetibili.**

Le indicazioni nutrizionali e le modifiche dietetiche verranno realizzate su consulenza nutrizionale da parte del Servizio di Dietetica e Nutrizione Clinica dei Presidi Ospedalieri.

Inoltre i clienti che necessitano di Programmi Nutrizionali Speciali per patologia (diete speciali) usufruiranno di programmi presenti nel dietetico ospedaliero dei Presidi Ospedalieri previa consulenza con le dietiste.

La revisione del menù deve essere effettuata ogni sei mesi coincidente con l'inizio della stagione estiva ed invernale (sarebbe opportuno rispettare la scadenza di cui sopra).

Si ricorda che:

1. il vitto deve essere preparato e cucinato lo stesso giorno della distribuzione;
2. non si deve anticipare la preparazione e cottura degli alimenti prima del necessario;
3. non si devono riutilizzare gli alimenti già cotti per le preparazioni successive.

