

AZIENDA SANITARIA di FIRENZE

Composizione del menù e tabelle dietetiche

I pasti per i degenti ospedalieri, utenti residenziali (RSA/SSS) e mensa dipendenti dovranno essere allestiti sulla base di menù da presentare nella documentazione tecnica allegata all'offerta e in seguito da sottoporre all'approvazione della SC Gestione Beni e Servizi non sanitari e dalla U.O. Dietetica Professionale e avere le seguenti caratteristiche:

- articolati almeno su tre settimane e con rotazione stagionale,
- con preferenza per piatti della tradizione regionale;
- con piatti del giorno facilmente identificabili, evitando nomi di fantasia, e alternative fisse sempre disponibili;
- con indicazioni della frequenza settimanale della rotazione del secondo piatto come da raccomandazioni contenute nelle Linee Guida per una sana alimentazione italiana, INRAN ed 2003

Vitto comune ospedaliero/RSA/SSS

Colazione	grammi
Tè (g.4) o caffè d'orzo (orzo polvere g 3)	0
UHT parzialmente scremato	250
Zucchero	10
Burro n. 1 confezione alberghiera	10
marmellata (frutta viva) n. 1 confezione alberghiera	25
fette biscottate normali n. 2 confezioni bifetta	32

Pranzo	grammi
pasta di semola	80
grana grattugiato n. 1 bustina monodose	5
secondo piatto(*)	0
media verdure (**)	200
olio d'oliva extra vergine n. 2 bustine monodose	20
pane toscano fette	70
media frutta (***)	150

Merenda	
thè o caffè d'orzo	
zucchero	10
fette biscottate normali	16

Cena	grammi
pasta di semola	40
grana grattugiato n. 1 bustina monodose	5
secondo piatto(*)	0
media verdure (**)	200
olio d'oliva extra vergine n. 2 bustine monodose	20
pane toscano	70
media frutta (***) peso al crudo e al netto degli scarti	150/160

Sarà fornita anche 500 ml di acqua naturale oligominerale in bottiglia sul vassoio del pranzo e sul vassoio della cena per degenti (RSA/SSS sarà consegnata direttamente alla struttura) e per garantire il fabbisogno idrico giornaliero per persona sarà distribuito un ulteriore 500ml di acqua.

Il degente ospedaliero o utente RSA/SSS ha diritto infatti ad almeno 1,5 l di acqua al giorno pari a tre confezioni da 500 ml

Alternative sempre disponibili

Per la colazione

- thè o caffè d'orzo con g 10 di zucchero +
- biscotti g. 50/60 pari a n. 2 confezioni monoporzione

Per la merenda

thè o caffè d'orzo con g 10 di zucchero +

frutta fresca g 150/160 **oppure in alternativa** una delle seguenti opzioni:

- biscotti in confezione monoporzione da g 25/30
- yogurt al naturale o alla frutta g 125
- Budino vari gusti g 125
- Succo di frutta vari gusti ml 200
- Purea di mela g 100

PRIMI PIATTI

Pranzo e Cena

Tutti i giorni pasta o riso conditi in alternativa tutti i giorni pasta o riso in bianco, minestrina in brodo di carne o vegetale, passato di verdura, semolino in brodo vegetale

Porzione di pasta o riso intera è g. 80

Porzione ridotta g. 60

Porzione mezza g 40

SECONDI PIATTI

Pranzo e Cena

La rotazione del secondo piatto durante la settimana dovrà seguire le seguenti frequenze raccomandate:

2 volte carne rossa

4 volte carne bianca

2 volte pesce

1 volta uova intere n 2

1 volta affettato

2 volte formaggio fresco (mozzarella, stracchino, ricotta..)

1 volta formaggio stagionato (bel paese, groviera, pecorino, grana padano)

1 volta piatto unico tipo pizza, sfornato, legumi

CONTORNI

** Per il calcolo della media delle verdure sono stati considerate le seguenti tipologie di prodotto:

- g. 150/200 verdura fresca (pomodori, zucchine, finocchi, carote)
- g. 70 insalata
- g. 200/250 verdura cotta o surgelata (cavolfiore, carote, broccoli, finocchi, spinaci, bietole, carciofi, fagiolini...)

Il contorno può essere rappresentato da:

patate fresche g. 150, lesse g. 130, arrosto g 160

puré g. 200

legumi secchi g. 50

piselli surgelati g 100

FRUTTA o DESSERT

*** Per il calcolo della media della frutta fresca sono state considerate le seguenti tipologie di prodotto:

- frutta fresca di stagione g. 150/160
- frutta cotta g. 150/160
- purea di frutta confezionata g. 100

In alternativa alla frutta può essere servito

- 1 banana g. 150 al netto degli scarti
- 1 yogurt al naturale o alla frutta

- 1 budino vari gusti
- 1 succo di frutta
- 1 purea di frutta confezionata modose

il secondo piatto(*) è calcolato sulla seguente media settimanale

alimento	frequenza settimanale	grammi a porzione
fagioli bolliti	1 volta la settimana	200
uova (intero)	1 volta la settimana	100 (n°2)
media affettati	1 volta la settimana	70
media carne	6 volte la settimana	100 al crudo e al netto degli scarti
media pesce	2 volte la settimana	150 al crudo e al netto degli scarti
media formaggi freschi	2 volte la settimana	100
media formaggi stagionati	1 volta la settimana	80

Composizione bromatologia

Protidi g	protidi%	lipidi g	lipidi%	Carboidrati g	carboidrati%	
90,41	16,56%	78,42	28,88%	321,54	55%	
calorie	fibra g	potassio mg	Sodio mg	fosforo mg	calcio mg	ferro mg
2218,26	26,91	2199,38	557,17	1159,54	874	10,62

Menù e Tabella dietetica mensa dipendenti

I pasti per i dipendenti dovranno essere allestiti sulla base di menù da presentare nella documentazione tecnica allegata all'offerta e in seguito da sottoporre all'approvazione della S.C. Gestione beni e servizi in accordo con la U.O. Dietetica Professionale. Ogni modifica anche estemporanea al menù di giornata previsto deve essere obbligatoriamente concordata con la S.C. Gestione Beni e servizi non sanitari della ASL.

Il pasto della mensa dovrà avere le seguenti caratteristiche:

- coprire un apporto calorico di 900-1000 cal
- articolarsi su almeno su tre settimane e con rotazione stagionale,
- con preferenza per piatti della tradizione regionale;
- comprendere primo piatto secondo piatto, contorno pane frutta o dessert, bevande e condimenti.
- prevedere piatti del giorno e almeno 2 alternative al piatto del giorno sempre disponibili per ciascuna pietanza

Inoltre anche per la mensa la ditta dovrà garantire vitti speciali su prenotazione per allergie (celiachia) e diete per insufficienza renale (prodotti aproteici e iposodici)

Tabella dietetica Calorie 900-1000

- Pasta g 100 peso a crudo
- grana g. 10
- secondo piatto (vedi pasto degenti)
- contorno (vedi pasto degenti)
- olio extravergine di oliva g. 20
- frutta fresca o dessert
- pane g. 70

Composizione del vassoio:

- **Primo piatto** asciutto o in brodo o minestra di verdura con aggiunta di parmigiano (almeno 2 alternative oltre il piatto del giorno)
- **Secondo piatto** del giorno con almeno 2 alternative oltre al piatto del giorno da condire a parte con olio extravergine di oliva, aceto, aceto balsamico, spezie
- **Contorno** del giorno e alternative cotte, crude o purea (almeno 2 alternative oltre il piatto del giorno)
- **Frutta fresca** di stagione o in alternativa dessert (yogurt, budino, dolce)
- **Pane** a fette bianco o in alternativa integrale o panino
- **Acqua** naturale o gassata

Composizione colazioni/merende Centri Dialisi

Gli utenti hanno diritto ad ogni turno di trattamento dialitico cui si sottopongono a scegliere tra gli alimenti indicati di seguito e nelle porzioni indicate pro-capite:

Alimenti pro-capite per pazienti in trattamento dialitico

Thè, caffè, caffè d'orzo	cc 50
Acqua oligominerale naturale	cc 500*
Latte parz.scremato	cc 100
Yogurt magro	g 125 pari ad un vasetto
Yogurt al naturale	g 125 pari ad un vasetto
Yogurt alla frutta**	g 125 pari ad un vasetto
Fette biscottate	g 60 pari a 3 confezioni bifetta
Pane toscano	g 70 pari a 1 confezione monoporzione
Biscotti secchi	g 60 pari a due confezioni monoporzione
Crackers non salati	g 25 pari ad una confezione
Burro	g 20 pari a due confezioni 10g l'una
Marmellata	g 50 pari a 2 confezioni (25 l'una)
Olio extravergine di oliva	g 12 pari ad 1 bustina monodose
Zucchero	g 15 pari a n. 3 bustine monodose
Plum-cake	g 40 n° 1 confezione
Crostatina (vari gusti)	g 40 n° 1 confezione
Mousse mela	n° 1 confezione

* La quantità di acqua tiene conto della quantità necessaria a persona e dell'approvvigionamento idrico settimanale

* gusti vari effettuando però una rotazione nell'acquisto delle diverse tipologie di frutta

Generi di conforto per reparti/RSA/SSS

- Caffè d'orzo/tè, camomilla in filtri
- Marmellata monodose g.25
- Miele monoporzione g. 20
- Fette biscottate confezione bifette
- Biscotti in confezioni monodose g. 30
- Crackers non salati g 25
- Succo di frutta ml 00
- Purea di mela gusti vari
- Budini monoporzione vaniglia, cioccolato e crem caramel
- Limoni
- zucchero (g. 20 pro capite al giorno)
- Sale iodato
- Yogurt frutta vasetto 125 g
- Yogurt naturale non zuccherato vasetto g 125