

DIETA SEMILIQUIDA A

Questo tipo di dieta è proposto per pazienti incapaci di masticare, deglutire o far giungere allo stomaco cibi solidi e liquidi.

E' una dieta fluida, omogenea, frullata e setacciata che si può versare ma non può essere mangiata con la forchetta. Non necessita di masticazione.

Tutti i cibi devono essere omogeneizzati o frullati e diluiti per diventare fluidi. Non prevede cibi a pezzi o interi, cibi con doppia consistenza (es. minestrine e zuppe con crostini, minestre con verdure a pezzi), cibi non compatti e che si sbriciolano o si frantumano (es. carni tritate, riso, legumi interi, crackers, pane), cibi appiccicosi (es. stracchino).

Per rendere più fluidi gli alimenti è utile l'aggiunta di diluenti che non ne alterino il sapore quali :

1. bevande calde o fredde a base di latte
2. liquidi caldi (brodo, sugo di carne)
3. olio, margarina ,burro, panna

Requisiti degli alimenti:

Gruppo di alimenti	Alimenti consigliati	Alimenti sconsigliati
Cereali e derivati	Tutti i tipi di cereali che possono essere bene frullati e resi fluidi ed omogenei. Es: semolino liquido I biscotti granulati possono essere utilizzati per aumentare la quota nutrizionale.	Pane, grissini, crackers, cracottes ,cereali a chicco (frumento, riso, orzo, farro), tutti i preparati da forno.
Carni	Tutte le carni frullate e setacciate rese fluide ed omogenee con brodi e diluenti; carni tenere o cotte in forno con sughi o brodi per renderle più umide, private dei legamenti e filamenti ; prosciutto cotto frullato finemente setacciato, reso fluido ed omogeneo; omogeneizzati di carne e prosciutto diluiti e resi fluidi.	Tutte le carni a consistenza filamentosa che non si prestano a frullatura.
Pesce	Tutti i tipi di pesce privati di: lische, pelle, coda, testa, ben cotti frullati, setacciati e resi fluidi ed omogenei. Omogeneizzati di pesce diluiti e resi fluidi.	Pesci che non possano essere ben privati di lische, pelle, ecc.

Latte e yogurt	Yogurt da bere, bevande a base di latte.	Yogurt con pezzi di frutta o disomogenei. Latte
Formaggi	Omogeneizzati di formaggi diluiti e resi fluidi; formaggi frullati	Tutti i formaggi se non disciolti nelle preparazioni.
Uova	Come ingrediente nelle preparazioni.	No
Verdure	Tutte le verdure senza buccia, semi e filamenti, ben cotte, passate e rese fluide ed omogenee. Omogeneizzati del commercio diluiti e resi fluidi, salsa di pomodoro.	Tutte le verdure crude o cotte, intere o a pezzi.
Legumi	Tutti i tipi, ben cotti, privati di bucce passati al setaccio frullati e resi fluidi ed omogenei.	Legumi interi
Patate		No
Frutta	Frullati o passati di frutta fresca o cotta, privata dei semi, della buccia e del torsolo, resi fluidi ed omogenei; frappé di frutta, succhi di frutta. Omogeneizzati del commercio diluiti e resi fluidi	Frutta fresca intera o a pezzi, frutta secca ed essiccata.
Grassi	Olio, burro, panna e besciamella diluite e rese fluide	
Dolci	Sorbetti di frutta liquidi, dessert e gelati omogenei e fluidi.	Caramelle dure, gomme da masticare, biscotti, torte, brioches
Bevande	Seguire le indicazioni specifiche	Seguire le indicazioni specifiche
Bevande	Seguire le indicazioni specifiche	Seguire le indicazioni specifiche

INDICE DELLE RICETTE

COLAZIONE E SPUNTINI

Bevanda alla frutta
Bevanda allo yogurt
Bevanda con uova e latte
Latte con biscotto granulato
Latte e menta
Semolino dolce liquido

PRIMI PIATTI

Glutinata
Semolino liquido

SECONDI PIATTI

Preparazione con Omogeneizzato
Preparazione con Liofilizzato
Bevanda ricca al liofilizzato
Crema liquida di sogliola

PIATTI UNICI

Glutinata arricchita
Semolino liquido arricchito

NOTA BENE:

→ Per ottenere una perfetta omogeneità (NO grumi, NO frustoli) è necessario frullare insieme tutti gli ingredienti, per alcuni minuti.

→ Per ottenere una consistenza fluida al punto giusto, può essere necessario diluire le preparazioni con liquidi quali acqua, latte, brodi, spremuta di agrumi, succhi di frutta, a seconda che si tratti di preparazioni dolci o salate.

→ Per aumentare la quota nutrizionale può essere indicato aggiungere integratori nutrizionali in polvere come da indicazioni specifiche del dietista / nutrizionista.

COLAZIONE SPUNTINI E DESSERT



◆ BEVANDA ALLA FRUTTA ◆

INGREDIENTI PER 2 PORZIONI

- 400 ml. di succo di frutta
- gr. di banana o altro tipo di frutta

COMPOSIZIONE BROMATOLOGICA PER 1 PORZIONE

Proteine.....gr. /
Lipidi.....gr. /
Glucidi.....gr. 42
Kcal 168.....

◆ BEVANDA ALLO YOGURT ◆

INGREDIENTI PER 2 PORZIONI

- 200 ml. di latte intero
- 250 gr. di yogurt intero
- 20 gr. di zucchero
- 60 gr. di panna da cucina

COMPOSIZIONE BROMATOLOGICA PER 1 PORZIONE

Proteine.....gr. 8 
Lipidigr. 9
Glucidigr. 31
Kcal 237.....

N.B.

E' possibile arricchire la bevanda con integratori proteico/calorici in polvere che aggiungono valore nutritivo alle preparazioni, senza modificarne la consistenza.

◆ BEVANDA CON UOVA E LATTE ◆

INGREDIENTI PER 2 PORZIONI

- 400 ml. di latte intero
- 20 gr. di zucchero
- n° 2 tuorli di uovo

N.B.

E' possibile arricchire la bevanda con integratori proteico/calorici in polvere che aggiungono valore nutritivo alle preparazioni, senza modificarne la consistenza.

COMPOSIZIONE BROMATOLOGICA PER 1 PORZIONE

Proteine.....gr. 10 †
Lipidigr. 15
Glucidigr. 20
Kcal 255.....

◆ LATTE E BISCOTTO GRANULATO ◆

INGREDIENTI PER 2 PORZIONI

- 300 ml. di latte intero
- 60 gr. di biscotto granulato

COMPOSIZIONE BROMATOLOGICA PER 1 PORZIONE

Proteinegr. 8 †
Lipidigr. 8
Glucidigr.15
Kcal 164.....

◆ LATTE E MENTA ◆

INGREDIENTI PER 2 PORZIONI

- 400 ml. di latte intero
- sciroppo di menta q.b
- 60 gr. di panna da cucina

COMPOSIZIONE BROMATOLOGICA PER 1 PORZIONE

Proteinegr. 5
Lipidigr. 17
Glucidigr.14
Kcal 229.....

◆ SEMOLINO DOLCE LIQUIDO ◆

INGREDIENTI PER 2 PORZIONI

- 500 ml. di latte intero
- 50 gr. di farina di semola
- 10 gr. di zucchero
- 30 gr. di panna
- vaniglia per aromatizzare
- scorza di limone per aromatizzare

COMPOSIZIONE BROMATOLOGICA PER 1 PORZIONE

Proteine..... gr. 12 
Lipidi..... gr. 14
Glucidigr. 38
Kcal 326.....

PRIMI PIATTI



◆ GLUTINATA ◆

INGREDIENTI PER 2 PORZIONI

- 400 ml. di brodo
- 40 gr. di pastina
- 30 gr. di parmigiano
- n ° 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- sale q.b.

COMPOSIZIONE BROMATOLOGICA PER 1 PORZIONE

Proteine.....gr. 7 †
Lipidi.....gr. 12
Glucidi.....gr. 16
Kcal 200.....

◆ SEMOLINO LIQUIDO ◆

INGREDIENTI PER 2 PORZIONI

- 500 ml. di brodo
- 50 gr. di semola
- n ° 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 20 gr. di parmigiano
- sale q.b.

COMPOSIZIONE BROMATOLOGICA PER 2 PORZIONI

Proteine.....gr. 6 †
Lipidi.....gr. 8
Glucidi.....gr. 20
Kcal 176.....

SECONDI PIATTI



◆ PREPARAZIONE CON OMOGENEIZZATO ◆

INGREDIENTI PER 2 PORZIONI

- 400 ml. di brodo
- 160 gr. di omogeneizzato di carne / pesce / prosciutto / formaggio (2 vasetti)
- n° 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 10 gr. di parmigiano
- sale q.b

COMPOSIZIONE BROMATOLOGICA PER 1 PORZIONI

Proteine.....gr. 10 
Lipidi.....gr. 12
Glucidi.....gr. 5
Kcal 168.....

◆ PREPARAZIONE CON LIOFILIZZATO ◆

INGREDIENTI PER 2 PORZIONI

- 400 ml. di brodo
- n°2 flaconcini di liofilizzato di carne (gr. 10 ognuno)
- n° 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 20 gr. di parmigiano
- sale q.b

COMPOSIZIONE BROMATOLOGICA PER 1 PORZIONE

Proteine.....gr. 7 
Lipidi.....gr. 12
Glucidi.....gr. 3
Kcal 148.....

◆ BEVANDA RICCA AL LIOFILIZZATO ◆

INGREDIENTI PER 2 PORZIONI

- 400 ml. di brodo
- n ° 2 liofilizzati di carne (gr.10 ognuno)
- n ° 2 tuorli di uovo
- n ° 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 10 gr. di parmigiano

COMPOSIZIONE BROMATOLOGICA PER 1 PORZIONE

Proteine.....gr. 10 †
Lipidi.....gr. 14
Glucidi.....gr. 3
Kcal 178.....

◆ CREMA LIQUIDA DI SOGLIOLA ◆

INGREDIENTI PER 2 PORZIONI

- 300 ml. di brodo
- sogliola gr. 160
- n ° 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- sale q.b.

COMPOSIZIONE BROMATOLOGICA PER 1 PORZIONE

Proteine.....gr. 13 † †
Lipidi.....gr. 10
Glucidi.....gr. /
Kcal 142.....

PIATTI UNICI



◆ GLUTINATA ARRICCHITA ◆

INGREDIENTI PER 2 PORZIONI

- 400 ml. di brodo
- 40 gr. di pasta
- 30 gr. di parmigiano
- n ° 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 160 gr. di omogeneizzato (n °2 vasetti)

COMPOSIZIONE BROMATOLOGICA PER 2 PORZIONI

Proteine.....gr. 15 'Y' 'Y'
Lipidigr. 16
Glucidigr. 19
Kcal 280.....

◆ SEMOLINO LIQUIDO ARRICCHITO ◆

INGREDIENTI PER 2 PORZIONI

- 500 ml. di brodo
- 50 gr. di semola
- n ° 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 20 gr. di parmigiano
- 160 gr. di omogeneizzato (n °2 vasetti)
- sale q.b

COMPOSIZIONE BROMATOLOGICA PER 1 PORZIONE

Proteine.....gr. 15 'Y' 'Y'
Lipidi.....gr. 14
Glucidigr. 22
Kcal 274.....