

## Krankenpflege 15 Il menù del giorno



- Spiega i pasti e le opzioni dietetiche
- Discutere le preferenze e adattare i menu alle esigenze speciali
- Vocabolario: pasti e bevande nelle cure, vocabolario della dieta correlata al diabete, nutrizione per malattie croniche, adattamenti del menù

<b>Il pasto</b>	<i>(Die Mahlzeit)</i>	<b>L'intolleranza al lattosio</b>	<i>(Die Laktoseintoleranz)</i>
<b>La colazione</b>	<i>(Das Frühstück)</i>	<b>L'ingrediente sostitutivo</b>	<i>(Der Ersatzstoff (Zutat))</i>
<b>Il pranzo</b>	<i>(Das Mittagessen)</i>	<b>Richiedere un'opzione senza glutine</b>	<i>(Eine glutenfreie Option anfordern)</i>
<b>La cena</b>	<i>(Das Abendessen)</i>	<b>Adattare il menu</b>	<i>(Das Menü anpassen)</i>
<b>Lo spuntino</b>	<i>(Der Snack)</i>	<b>Evitare gli alimenti</b>	<i>(Lebensmittel vermeiden)</i>
<b>La dieta equilibrata</b>	<i>(Die ausgewogene Ernährung)</i>	<b>Preferire</b>	<i>(Bevorzugen)</i>
<b>La dieta per diabetici</b>	<i>(Die Diabetikerdiät)</i>	<b>Raccomandare</b>	<i>(Empfehlen)</i>
<b>Il pasto a basso contenuto di sodio</b>	<i>(Das natriumarme Gericht)</i>	<b>Consigliare</b>	<i>(Beraten)</i>
<b>Il pasto ipocalorico</b>	<i>(Das kalorienarme Gericht)</i>	<b>Monitorare la glicemia</b>	<i>(Den Blutzucker überwachen)</i>
<b>Il contenuto di zuccheri</b>	<i>(Der Zuckergehalt)</i>	<b>Somministrare (un pasto)</b>	<i>((Eine Mahlzeit) verabreichen)</i>
<b>Il conteggio dei carboidrati</b>	<i>(Die Kohlenhydratberechnung)</i>		

## 1. Übungen

### 1. Ordnen Sie jedes Wort seiner Definition zu.

- a. Adattare il menu 1. Modificare i piatti per soddisfare esigenze dietetiche specifiche.
- b. Il conteggio dei carboidrati 2. Calcolare quanti carboidrati si consumano in un pasto.
- c. L'intolleranza al lattosio 3. Condizione in cui il latte causa disturbi digestivi.

a-1 b-2 c-3



### 2. Tagesmenü und spezielle Diäten (QR: Audio)

**Fülle die Lücken aus:** spuntini, intolleranze, ingrediente sostitutivo, senza glutine, ipocalorici, lunedì, menu, colazione



Avviso interno - Mensa aziendale

Da (1) \_\_\_\_\_ aggiorniamo il (2) \_\_\_\_\_ del giorno: (3) \_\_\_\_\_ con yogurt o frutta, pranzo con primo piatto e verdure, cena leggera su prenotazione. Su richiesta sono disponibili opzioni per diabetici con conteggio dei carboidrati, piatti a basso contenuto di sodio e pasti (4) \_\_\_\_\_. Indicare eventuali (5) \_\_\_\_\_ o preferenze (6) \_\_\_\_\_ entro le 10:00, così la cucina può proporre un (7) \_\_\_\_\_. Per chi deve monitorare la glicemia, sono consigliati (8) \_\_\_\_\_ senza zuccheri aggiunti.

*Interne Mitteilung - Betriebskantine*

*Ab Montag aktualisieren wir das Tagesmenü: Frühstück mit Joghurt oder Obst, Mittagessen mit Hauptgericht und Gemüse, leichtes Abendessen auf Vorbestellung. Auf Anfrage sind Optionen für Diabetiker mit Kohlenhydratberechnung, natriumreduzierte Gerichte und kalorienarme Mahlzeiten verfügbar. Bitte geben Sie eventuelle Unverträglichkeiten (zum Beispiel Laktose) oder Wünsche für glutenfreie Speisen bis 10:00 Uhr an, damit die Küche ein Ersatzprodukt vorschlagen kann. Für Personen, die den Blutzuckerspiegel überwachen müssen, werden Snacks ohne zugesetzten Zucker empfohlen.*

*(1) lunedì, (2) menu, (3) colazione, (4) ipocalorici, (5) intolleranze, (6) senza glutine, (7) ingrediente sostitutivo, (8) spuntini*

1. Quali informazioni bisogna comunicare entro le 10:00 e perché sono utili alla cucina?

---

### 3. Hören Sie sich den Audioausschnitt an und wählen Sie die richtige Antwort aus. (QR: Audio)

Wahr Falsch

- |   |                          |                          |
|---|--------------------------|--------------------------|
| 1. La persona che parla lavora in una struttura di assistenza e deve modificare i pasti per esigenze mediche. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. A pranzo consiglia un piatto ricco di sale e una porzione grande di riso.                                  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. Prima di decidere cosa dare a cena, verifica come sta andando la glicemia durante la giornata.             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |



1-V 2-X 3-V

### 4. Wählen Sie die richtige Lösung

- A colazione \_\_\_\_\_ i succhi zuccherati perché \_\_\_\_\_ (Beim Frühstück vermeide ich gezuckerte Säfte, weil ich den Blutzucker überwachen muss.)  
 a. evitiamo      b. evitavo      c. eviterò      d. evito
- Il medico mi \_\_\_\_\_ una dieta per diabetici \_\_\_\_\_ (Der Arzt empfiehlt mir eine Diät für Diabetiker mit einem kontrollierten Zuckergehalt.)  
 a. consiglio      b. consiglia      c. consiglia      d. ha consigliato
- Se un ospite ha intolleranza al lattosio, \_\_\_\_\_ (Wenn ein Gast eine Laktoseintoleranz hat, passen wir das Menü an und verwenden eine Ersatzzut.)  
 il menu e usiamo un ingrediente sostitutivo.  
 a. adattate      b. adattiamo      c. adattare      d. adattano

1. evito 2. consiglia 3. adattiamo

### 5. Rollenspiel - Dialoge (QR: Audio)



#### Menu personalizzato in RSA

- Infermiera**      *Dottoressa Rizzi, per il signor Bianchi dobbiamo adattare il menu: ha il diabete e anche intolleranza al lattosio, e stamattina la glicemia era un po' alta.*  
*(Frau Dr. Rizzi, bei Herrn Bianchi müssen wir das Menü anpassen: er hat Diabetes und zusätzlich eine Laktoseintoleranz, und heute Morgen war sein Blutzucker etwas erhöht.)*
- Chiara:**
- Dietista**      *Ok, per la colazione sarebbe meglio uno yogurt senza lattosio o una bevanda vegetale, e niente succhi: così riduciamo il contenuto di zuccheri e il conteggio dei carboidrati è più semplice.*  
*(Okay, zum Frühstück wäre ein laktosefreier Joghurt oder ein pflanzliches Getränk besser, und keine Säfte: so reduzieren wir den Zuckergehalt und die Berechnung der Kohlenhydrate wird einfacher.)*
- Dott.ssa Rizzi:**
- Infermiera**      *A pranzo c'è pasta al pomodoro e pollo: posso richiedere una porzione più piccola di pasta e aggiungere più verdure? E per lo spuntino del pomeriggio?*  
*(Zum Mittag gibt es Pasta mit Tomatensoße und Hähnchen: Kann ich eine kleinere Portion Pasta anfordern und stattdessen mehr Gemüse hinzufügen? Und wie handhaben wir den Nachmittagssnack?)*
- Chiara:**

- Dietista** *Sì, facciamo un pranzo più equilibrato: meno pasta e più verdure; come spuntino una mela o una manciata di frutta secca e evitiamo biscotti e dolci.*
- Dott.ssa Rizzi:** *(Ja, gestalten wir das Mittagessen ausgewogener: weniger Pasta und mehr Gemüse. Als Snack eignet sich ein Apfel oder eine Handvoll Nüsse; wir sollten Kekse und Süßes vermeiden.)*
- Infermiera** *Perfetto, allora lo segnalo come dieta per diabetici senza lattosio e lo comunico in cucina, così quando somministriamo il pasto sappiamo cosa preferire e cosa evitare.*
- Chiara:** *(Perfekt, ich vermerke es als diabetikergerechte, laktosefreie Kost und informiere die Küche, damit bei der Essensausgabe klar ist, was gewünscht und was zu vermeiden ist.)*

1. Quali sono le due esigenze alimentari principali del paziente e come vengono gestite nel menu?
- 

## 6. Sprechen: übersetzen und antworten (QR: KI+)

*Di solito per me è importante... / Preferisco... perché... / Potrei richiedere un'opzione senza...*



1. In una giornata tipo, cosa mangi a colazione, a pranzo e a cena e quali bevande preferisci?
- 
2. Se devi seguire una dieta speciale in mensa o al ristorante (per esempio senza glutine o per diabete), cosa richiedi e come scegli un pasto adatto?
-

**7. Schreiben: E-Mail (QR: KI+)**

**Oggetto:** Menu della prossima settimana - esigenze alimentari

Ciao Marco,

Sono Elisa, della mensa. Stiamo aggiornando il menu della prossima settimana e vogliamo evitare errori con le diete speciali. Ho visto che nel modulo HR hai indicato **dieta per diabetici**.

Puoi dirmi:

- se preferisci porzioni con **carboidrati** controllati (es. pane/pasta ridotti) e se pratici il **conteggio dei carboidrati**;
- se hai anche **intolleranza al lattosio** o altri alimenti da evitare;
- se per lo **spuntino** va bene un'opzione **a basso contenuto di zuccheri**.

Grazie!

Elisa



**Schreibe eine passende Antwort:** *Ti confermo che... / Preferirei che nel menu ci fosse... / Per lo spuntino andrebbe bene...*

---

---

---