

## Soins infirmiers 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>(Le repas)</i>	<b>L'intolleranza al lattosio</b>	<i>(L'intolérance au lactose)</i>
<b>La colazione</b>	<i>(Le petit-déjeuner)</i>	<b>L'ingrediente sostitutivo</b>	<i>(L'ingrédient de substitution)</i>
<b>Lo spuntino</b>	<i>(La collation)</i>	<b>Adattare il menu</b>	<i>(Adapter le menu)</i>
<b>Il pranzo</b>	<i>(Le déjeuner)</i>	<b>Evitare gli alimenti</b>	<i>(Éviter certains aliments)</i>
<b>La cena</b>	<i>(Le dîner)</i>	<b>Preferire</b>	<i>(Privilégier)</i>
<b>La dieta equilibrata</b>	<i>(Le régime équilibré)</i>	<b>Raccomandare</b>	<i>(Recommander)</i>
<b>La dieta per diabetici</b>	<i>(Le régime pour diabétiques)</i>	<b>Consigliare</b>	<i>(Conseiller)</i>
<b>Il conteggio dei carboidrati</b>	<i>(Le calcul des glucides)</i>	<b>Richiedere un'opzione senza glutine</b>	<i>(Demander une option sans gluten)</i>
<b>Il contenuto di zuccheri</b>	<i>(La teneur en sucres)</i>	<b>Monitorare la glicemia</b>	<i>(Surveiller la glycémie)</i>
<b>Il pasto a basso contenuto di sodio</b>	<i>(Le repas pauvre en sodium)</i>	<b>Somministrare (un pasto)</b>	<i>(Administer (un repas))</i>
<b>Il pasto ipocalorico</b>	<i>(Le repas hypocalorique)</i>		

## 1. Exercices

### 1. Associez chaque mot à sa définition.

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



a-3 b-2 c-1

### 2. Menu du jour et régimes spéciaux (QR: Audio)

**Remplissez les lacunes:** colazione, spuntini, lunedì, senza glutine, ingrediente sostitutivo, ipocalorici, intolleranze, menu



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.

*Avis interne - Cantine d'entreprise*

*À partir de lundi, nous mettons à jour le menu du jour : petit-déjeuner avec yaourt ou fruits, déjeuner avec un premier plat et des légumes, dîner léger sur réservation. Sur demande, des options pour diabétiques avec comptage des glucides, des plats pauvres en sodium et des repas hypocaloriques sont disponibles. Indiquer d'éventuelles intolérances (par exemple au lactose) ou des préférences sans gluten avant 10:00, afin que la cuisine puisse proposer un ingrédient de remplacement. Pour ceux qui doivent surveiller la glycémie, des collations sans sucres ajoutés sont recommandées.*

*(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. Écoutez l'extrait audio et choisissez la bonne réponse. (QR: Audio)

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

Vrai Faux

- |                          |                          |
|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |



1-V 2-X 3-V

#### 4. Choisissez la bonne solution

1. A colazione \_\_\_\_\_ i succhi zuccherati perché *(Au petit-déjeuner, j'évite les jus sucrés parce que je dois surveiller la glycémie.)*  
a. eviterò      b. evitavo      c. evitiamo      d. evito
  2. Il medico mi \_\_\_\_\_ una dieta per diabetici *(Le médecin me conseille un régime pour diabétiques avec une teneur en sucres contrôlée.)*  
con un contenuto di zuccheri controllato.  
a. consiglio      b. consiglia      c. ha consigliato      d. consigliano
  3. Se un ospite ha intolleranza al lattosio, \_\_\_\_\_ *(Si un invité est intolérant au lactose, nous adaptons le menu et utilisons un ingrédient de substitution.)*  
il menu e usiamo un ingrediente sostitutivo.  
a. adattate      b. adattare      c. adattiamo      d. adattano
1. evito 2. consiglia 3. adattiamo

#### 5. Jeu de rôle - dialogues (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.*  
**Chiara:**      *(Docteure Rizzi, pour monsieur Bianchi nous devons adapter le menu : il a le diabète et aussi une intolérance au lactose, et ce matin la glycémie était un peu élevée.)*
- 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.*  
**Dott.ssa Rizzi:**      *(D'accord, pour le petit-déjeuner il vaudrait mieux un yaourt sans lactose ou une boisson végétale, et pas de jus : ainsi nous réduisons la teneur en sucres et le comptage des glucides est plus simple.)*
- 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?*  
**Chiara:**      *(À midi il y a des pâtes à la sauce tomate et du poulet : puis-je demander une portion plus petite de pâtes et ajouter plus de légumes ? Et pour la collation de l'après-midi ?)*
- 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:**      *(Oui, faisons un déjeuner plus équilibré : moins de pâtes et plus de légumes ; comme collation une pomme ou une poignée de fruits secs et évitons les biscuits et les desserts.)*
- 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:**      *(Parfait, alors je le note comme régime pour diabétiques sans lactose et je le communique en cuisine, ainsi quand nous servons le repas nous savons quoi privilégier et quoi éviter.)*

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

---

## 6. Parler : traduire et répondre (QR: IA+)

*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. Écriture: E-mail (QR: IA+)

**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



**Rédigez une réponse appropriée:** *Ti confermo che... / Preferirei che nel menu ci fosse... / Per lo spuntino andrebbe bene...*

---



---



---