

Nursing 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

Il pasto	<i>(The meal)</i>	L'intolleranza al lattosio	<i>(Lactose intolerance)</i>
La colazione	<i>(Breakfast)</i>	L'ingrediente sostitutivo	<i>(Substitute ingredient)</i>
Lo spuntino	<i>(Snack)</i>	Adattare il menu	<i>(Adapt the menu)</i>
Il pranzo	<i>(Lunch)</i>	Evitare gli alimenti	<i>(Avoid foods)</i>
La cena	<i>(Dinner)</i>	Preferire	<i>(Prefer)</i>
La dieta equilibrata	<i>(Balanced diet)</i>	Raccomandare	<i>(Recommend)</i>
La dieta per diabetici	<i>(Diabetic diet)</i>	Consigliare	<i>(Advise)</i>
Il pasto a basso contenuto di sodio	<i>(Low-sodium meal)</i>	Richiedere un'opzione senza glutine	<i>(Request a gluten-free option)</i>
Il pasto ipocalorico	<i>(Low-calorie meal)</i>	Monitorare la glicemia	<i>(Monitor blood glucose)</i>
Il conteggio dei carboidrati	<i>(Carbohydrate counting)</i>	Somministrare (un pasto)	<i>(Administer (a meal))</i>
Il contenuto di zuccheri	<i>(Sugar content)</i>		

1. Exercises

1. Match each word with its definition.

- | | |
|---------------------------------|---|
| 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. Daily menu and special diets (QR: Audio)

Fill in the gaps: colazione, lunedì, ingrediente sostitutivo, spuntini, senza glutine, intolleranze, menu, ipocalorici



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.

Internal notice - Company canteen

Starting Monday we are updating the daily menu: breakfast with yogurt or fruit, lunch with a first course and vegetables, light dinner by reservation. Upon request, options are available for diabetics with carbohydrate counting, low-sodium dishes, and low-calorie meals. Please indicate any intolerances (for example lactose) or gluten-free preferences by 10:00, so the kitchen can offer a substitute ingredient. For those who need to monitor blood glucose, snacks with no added sugars are recommended.

(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. Listen to the audio fragment and choose the correct answer. (QR: Audio)

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

True False

- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| <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. Choose the correct solution

1. A colazione _____ i succhi zuccherati perché *(At breakfast I avoid sugary juices because I have to monitor my blood sugar.)*
 a. evitavo b. evitiamo c. eviterò d. evito
2. Il medico mi _____ una dieta per diabetici *(The doctor advises me to follow a diabetic diet with a controlled sugar content.)*
 a. ha consigliato b. consiglio c. consiglia d. consigliano
3. Se un ospite ha intolleranza al lattosio, _____ *(If a guest has lactose intolerance, we adapt the menu and use a substitute ingredient.)*
 a. adattate b. adattiamo c. adattare d. adattano

1. evito 2. consiglia 3. adattiamo

5. Roleplay - 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: *(Dr. Rizzi, for Mr. Bianchi we have to adapt the menu: he has diabetes and also lactose intolerance, and this morning his blood sugar was a bit high.)*
- 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: *(Ok, for breakfast it would be better to have a lactose-free yogurt or a plant-based drink, and no juices: that way we reduce the sugar content and carbohydrate counting is simpler.)*
- 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: *(For lunch there is pasta with tomato sauce and chicken: can I request a smaller portion of pasta and add more vegetables? And for the afternoon snack?)*
- 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: *(Yes, let's make lunch more balanced: less pasta and more vegetables; as a snack, an apple or a handful of nuts, and let's avoid biscuits and sweets.)*
- 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: *(Perfect, then I'll note it as a lactose-free diabetic diet and I'll inform the kitchen, so when we serve the meal we know what to prefer and what to avoid.)*

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

6. Speaking: translate and respond (QR: AI+)



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. Writing: Email (QR: AI+)

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



Write an appropriate response: *Ti confermo che... / Preferirei che nel menu ci fosse... / Per lo spuntino andrebbe bene...*
