



Verpleegkunde 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>(De maaltijd)</i>	L'intolleranza al lattosio	<i>(Lactose-intolerantie)</i>
La colazione	<i>(Het ontbijt)</i>	L'ingrediente sostitutivo	<i>(Het vervangende ingrediënt)</i>
Il pranzo	<i>(De lunch)</i>	Adattare il menu	<i>(Het menu aanpassen)</i>
La cena	<i>(Het avondeten)</i>	Evitare gli alimenti	<i>(Voedsel vermijden)</i>
Lo spuntino	<i>(De snack)</i>	Preferire	<i>(De voorkeur geven aan)</i>
La dieta equilibrata	<i>(Een uitgebalanceerd dieet)</i>	Raccomandare	<i>(Aanraden)</i>
La dieta per diabetici	<i>(Dieet voor diabetespatiënten)</i>	Consigliare	<i>(Advies geven)</i>
Il conteggio dei carboidrati	<i>(Het tellen van koolhydraten)</i>	Richiedere un'opzione senza glutine	<i>(Om een glutenvrije optie vragen)</i>
Il contenuto di zuccheri	<i>(Het suikergehalte)</i>	Monitorare la glicemia	<i>(De bloedglucose controleren)</i>
Il pasto a basso contenuto di sodio	<i>(Natriumarm gerecht)</i>	Somministrare (un pasto)	<i>(Een maaltijd toedienen)</i>
Il pasto ipocalorico	<i>(Caloriearm gerecht)</i>		

1.Oefeningen

1. Koppel elk woord aan de juiste definitie.

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

a-2 b-1 c-3



2. Dagmenu en speciale diëten (QR: Audio)

Vul de lege plekken in: colazione, senza glutine, ipocalorici, lunedì, spuntini, ingrediente sostitutivo, menu, intolleranze



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 mededeling - Bedrijfskantine

Vanaf maandag werken we het dagmenu bij: ontbijt met yoghurt of fruit, lunch met een eerste gerecht en groenten, lichte avondmaaltijd op reservering. Op aanvraag zijn er opties voor diabetici met koolhydratentelling, gerechten met een laag natriumgehalte en caloriearme maaltijden. Geef eventuele intoleranties (bijvoorbeeld lactose) of glutenvrije voorkeuren door vóór 10:00, zodat de keuken een vervangend ingrediënt kan voorstellen. Voor wie de bloedsuikerspiegel moet controleren, worden tussendoortjes zonder toegevoegde suikers aangeraden.

(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. Luister naar het audiofragment en kies het juiste antwoord. (QR: Audio)

Waar Onwaar

- | | | |
|---|--------------------------|--------------------------|
| 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. Kies de juiste oplossing

1. A colazione _____ i succhi zuccherati perché devo monitorare la glicemia. *(Bij het ontbijt vermijd ik zoete sappen omdat ik mijn bloedsuiker moet controleren.)*
a. evitavo b. evito c. evitiamo d. eviterò
 2. Il medico mi _____ una dieta per diabetici con un contenuto di zuccheri controllato. *(De arts raadt me een dieet voor diabetici aan met een gecontroleerd suikergehalte.)*
a. consiglia b. consiglio c. consigliano d. ha consigliato
 3. Se un ospite ha intolleranza al lattosio, _____ il menu e usiamo un ingrediente sostitutivo. *(Als een gast lactose-intolerantie heeft, passen we het menu aan en gebruiken we een vervangend ingrediënt.)*
a. adattiamo b. adattare c. adattano d. adattate
1. evito 2. consiglia 3. adattiamo

5. Rollenspel - dialogen (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: *(Dokter Rizzi, voor meneer Bianchi moeten we het menu aanpassen: hij heeft diabetes en ook lactose-intolerantie, en vanmorgen was de bloedsuiker wat hoog.)*
- 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: *(Oké, voor het ontbijt is een lactosevrije yoghurt of een plantaardige drank beter, en geen sappen: zo verminderen we het suikergehalte en is het tellen van koolhydraten eenvoudiger.)*
- 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: *(Voor de lunch is er pasta met tomatensaus en kip: kan ik een kleinere portie pasta aanvragen en meer groenten toevoegen? En voor de middagsnack?)*
- 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, we maken de lunch evenwichtiger: minder pasta en meer groenten; als snack een appel of een handje noten en we vermijden koekjes en zoetigheden.)*
- 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, dan noteer ik het als een lactosevrij diabetikerdieet en geef ik het door aan de keuken, zodat we bij het uitdelen van de maaltijd weten wat we moeten verkiezen en wat we moeten vermijden.)*

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

6. Spreken: vertaal en beantwoord (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. Schrijven: E-mail (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



Schrijf een passende reactie: *Ti confermo che... / Preferirei che nel menu ci fosse... / Per lo spuntino andrebbe bene...*
