

NOTE INFORMATIVE PER UNA CORRETTA ALIMENTAZIONE DELLO STUDENTE DIABETICO A SCUOLA

L'alunno/a affetto da Diabete Giovanile, consumerà regolarmente il pranzo alla Mensa scolastica; il suo problema prevede una alimentazione sana ed equilibrata, poiché il suo fabbisogno è identico a quello di tutti gli altri coetanei che si alimentano in maniera corretta. Le porzioni e le preparazioni, non debbono essere differenziate rispetto a quelle previste dalle tabelle dietetiche in uso presso la Vostra struttura.

Chiediamo quindi la Vostra collaborazione al momento del pasto per guidare il bambino a seguire una corretta alimentazione, secondo le seguenti indicazioni:

PRIMI PIATTI - se pastasciutta: dare una razione (g. circa);
condimento normale
- se minestra: dare una raz.+ doppia razione di pane

SECONDI PIATTI una razione senza aggiungere sughi di cottura

VERDURE crude e/o cotte una razione abbondante

se

PATATE E LEGUMI una razione SENZA DARE PANE

PANE una razione di circa g. da aumentare fino a g. se il/la bambino/a mangiasse poca pastasciutta

FRUTTA una razione di frutta di stagione di media pezzatura

NOTE

- * Non dare mai doppia razione fatta eccezione per le verdure il cui uso è libero
- * In caso di scarso appetito può essere eliminato il secondo piatto, mai il primo piatto
- * Nel caso in cui il menù scolastico preveda un dessert (torta, gelato, yogurt con zucchero, budino) può essere dato una volta al mese; se la frequenza fosse superiore, sostituire con un frutto.

Data

Il diabetologo/pediatra
(timbro e firma)