

ALLEGATO "C" : DIETE SPECIALI

1. INDICAZIONI DIETETICHE PER LA COMUNITÀ ISLAMICA

ALIMENTI PROIBITI	ALIMENTI PERMESSI
Maiale Insaccati di maiale Alcool (Aceto, Vino) Molluschi Crostacei	Uova Formaggi Pesce con squame Carni: pollo, tacchino, bovino, agnello, coniglio

2. INDICAZIONI DIETETICHE PER LA COMUNITÀ EBRAICA

1	Latticini e prodotti della carne non possono essere consumati nello stesso pasto: un pasto deve contenere o solo carne o solo latticini.
2	Solitamente la carne ed i latticini vengono consumati utilizzando posate e piatti distinti.
3	Durante la Pasqua degli Ebrei (8 giorni) sono proibiti prodotti lievitati. I piatti e le posate che vengono utilizzati non devono avere avuto contatto con cibi lievitati.
4	Ogni prodotto che non sia latticino o carne (frutta, verdura, pesce, uova) è considerato neutrale e può essere consumato in ogni momento del pasto con ogni cibo.
ALIMENTI PROIBITI	ALIMENTI PERMESSI
Pane condito con grasso animale	Pane e cereali di tipo comune (pagnotta, rosetta) sono considerati neutrali se non al latte o in abbinamento con il pane, altrimenti vengono considerati prodotti derivati del latte.
Latticini e carne nello stesso pasto	Latte e formaggio: latte fresco di giornata e formaggi
Formaggi prodotti con caglio animale	Formaggi prodotti con caglio microbico o di sintesi
Uova di animali che mangiano altri animali O uova che contengano sangue	Uova di gallina, purché esenti da ontaminazioni ematiche. Carne e pollame (bovina, di pecora, di capra, di cervo). Questi animali devono essere macellati in adatto macello e il sangue deve essere rimosso con procedure di bagno maria e sale).

Crostacei e molluschi	Pesce di mare: solo pesce con pinne e lische
Grasso animale	Olii vegetali (con esclusione di olii di semi vari e di vinacciolo). Burro quando non abbinato a carni. Verdura e frutta. Dolci: quelli con latte sono considerati facenti parte dei prodotti derivati dal latte; tutti quelli senza latte sono considerati cibi neutrali; la gelatina Kosher è considerata neutrale.
Alimenti o bevande che contengano gli additivi e ingredienti di seguito elencati	Alimenti o bevande che contengano gli additivi e ingredienti di elencati

3. INDICAZIONI DIETETICHE PER I VEGETARIANI: LATTE – UOVO

Sostituzioni consigliate sui secondi piatti:

Pietanze di carne, affettati, pesce: Sostituire con n° 1 uovo, 50 gr. Di formaggio (caciotta o ricotta), legumi.

4. INTOLLERANZA ALLE PROTEINE DEL LATTE VACCINO

• LATTE VACCINO:

ALIMENTI PROIBITI	ALIMENTI PERMESSI
Latte intero, scremato, parzialmente scremato, condensato, latti adatti per l'infanzia, latticini e derivati	

• CEREALI E DERIVATI:

ALIMENTI PROIBITI	ALIMENTI PERMESSI
Biscotti, biscotti per l'infanzia, fette biscottate, pane e tutti i prodotti con aggiunta di latte, burro, panna, ecc, tortellini, ravioli e cannelloni	Farine di grano, pasta, riso, semolino di grano e di riso, orzo, avena e fecole senza aggiunta di latte

• CARNE

ALIMENTI PROIBITI	ALIMENTI PERMESSI
Carne bovina (vitello, vitellone, manzo), tutti i Prodotti già pronti come salsicce, polpette, polpettone Bresaola, prosciutto cotto, mortadella, salumi, wurstel e tutti gli alimenti a base di carne in confezione sotto vuoto	Carne pollo, agnello, coniglio, cavallo, tacchino, maiale Prosciutto crudo, bresaola di cavallo

• **PESCE**

ALIMENTI PROIBITI	ALIMENTI PERMESSI
Tutti gli alimenti precucinati	Tutti i pesci freschi e surgelati

• **OLII e GRASSI**

ALIMENTI PROIBITI	ALIMENTI PERMESSI
Burro, margarina con aggiunta di latte e burro	Olio extravergine di oliva

• **PRODOTTI ZUCCHERINI**

ALIMENTI PROIBITI	ALIMENTI PERMESSI
Caramelle, cioccolato, gelati, merendine, budini, torte, tutti i prodotti con aggiunta di latte o creme di latte	Ogni tipo, purché privo di latte, panna, burro, ecc..

• **ALIMENTI VARI**

ALIMENTI PROIBITI	ALIMENTI PERMESSI
Dadi da brodo, polveri pronte per la prima colazione, precucinati	Succo di frutta e di verdura, ogni tipo di the, acqua, aranciata, coca cola, camomilla, cacao puro, orzo solubile

• **LEGUMI**

ALIMENTI PROIBITI	ALIMENTI PERMESSI
Tutti quelli in scatola	Tutti quelli freschi, surgelati e secchi

• **FRUTTA**

ALIMENTI PROIBITI	ALIMENTI PERMESSI
	Tutta la fresca, surgelata e secca

• **UOVA**

ALIMENTI PROIBITI	ALIMENTI PERMESSI
	Ogni varietà senza latte, burro, ecc

• **VERDURA e ORTAGGI**

ALIMENTI PROIBITI	ALIMENTI PERMESSI
	Tutta quella fresca e surgelata, senza aggiunta di burro, latte, panna e formaggio

5. CELIACHIA (sensibilità al glutine)

ALIMENTI PROIBITI	ALIMENTI PERMESSI
Tutti gli alimenti prodotti con farine di frumento, soia, segale, orzo, avena, triticale	Alimenti a base di riso, mais, tapioca, miglio, midollo di palma, fecola di patate, farina di grano saraceno puro.
Pasta fresca, secca, farcita, gnocchi di patate, con farine semolino, pizza, pane, biscotti, focaccia, grissini, crackers, fette biscottate	pasta e biscotti dietetici, pane e grissini di mais, tapioca o fecola di patate
Alimenti addizionati con malto e/o con amido	
Tutti i prodotti del commercio preparati con farine vietate o di cui non si conosce la composizione (alimenti in scatola, precotti, dessert, surgelati, bevande)	Thè, caffè, bevande gassate, vino
Dolci, gelati, caramelle, cioccolato, gomme da masticare, gelati contenenti malto, amido o alimenti di liquirizia pura di cui non si conosce la composizione	Marmellate, miele, zucchero, cacao puro, preparati in casa, caramelle solide, gelatine di frutta
Lievito di birra	Lievito chimico
Formaggi, sottilette, yogurt ai cereali yogurt	Latte fresco e UHT, formaggi, panna, (interi e alla frutta)
Insaccati (mortadella, wurstel, salami), cotto, carni impanate, polpette	Carne, pesce, uova, prosciutto crudo e bresaola
Dadi, estratti di carne	Verdure
Succhi di frutta	Frutta fresca, scioppata, secca
Margarina, olio di semi vari germi di grano di soia	Burro, olio di oliva, di mais, di arachidi, di girasole

Per le sostituzioni utilizzare esclusivamente prodotti dietetici e prodotti del commercio privi di glutine, per i quali ultimi, è disponibile presso l'Associazione italiana Celiachia il "Prontuario prodotti senza glutine in commercio"

TUTTE LE PIETANZE PER I BAMBINI CELIACI DOVRANNO ESSERE CONSERVATE, PREPARATE E COTTE SEPARATAMENTE DA QUELLE DESTINATE AGLI ALTRI UTENTI