

Modulo Richiesta di Dieta Blanda o Leggera (definita anche come " dieta in bianco")

Il/ La sottoscritto/a.....

docente/genitore di.....

frequentante la scuolaclasse.....

chiedo che venga somministrata una dieta blanda come sotto indicato.

Data.....

Firma.....

Indicazioni Asl

La dieta blanda è rivolta a coloro che soffrono di malesseri transitori quali acetone, gastriti, enteriti in via di risoluzione, episodi di vomito o stadi post-influenzali e di convalescenza che richiedono un periodo di cautela nella ri -alimentazione.

*La dieta blanda si consiglia sia servita solo su apposita richiesta scritta del genitore ed eventualmente accompagnata da certificato medico; **ha una durata di TRE giorni**, prorogabile per un massimo di altri cinque giorni in seguito ad ulteriore richiesta. Più richieste nell'arco del mese richiederanno una valutazione da parte dell'Asl Competente.*

Composizione dieta:

Primi piatti: *pasta o riso asciutti o in brodo vegetale, conditi con poco olio extravergine o con pomodoro fresco.*

Secondi piatti: *carne o pesce al vapore, ai ferri, al forno senza aggiunta di grassi, formaggio fresco come ricotta, primo sale, crescenza.*

Contorni: *se tollerate: carote, zucchine bollite, patate.*

Frutta: *se tollerate: mela o pera, fresche o cotte*

Pane: *ben cotto o fette biscottate.*