

Nota informativa menù Diete Speciali Celiachia o intolleranza al Glutine

La celiachia è un'intolleranza permanente al glutine, sostanza proteica presente in avena, frumento, farro, orzo, segale. Per questo sono da eliminare i cereali contenenti glutine ed i prodotti da essi derivati o che li contengono come ingredienti (ad es. pasta, pane, farina, gnocchi, ravioli, cereali in fiocchi, prodotti da forno dolci o salati, dolciumi, pizza, focacce, etc..). E' anche importante ricordare che i cereali contenenti glutine si possono anche ritrovare come additivi o come residuo di lavorazione in molti alimenti trasformati (ad es. prosciutto cotto, gelati, yogurt, budini, dadi, caramelle, sughi, salse, etc..), per questo è sempre necessario porre la massima attenzione alla scelta del prodotto da utilizzare nella dieta per celiachia.

I menù diete speciali per la Celiachia e le intolleranze al glutine restano invariati rispetto al menu principale, fatta eccezione per quegli alimenti nei quali il glutine è naturalmente presente e in quelli in cui si trova sotto forma di additivo Tali alimenti sono sostituiti con analoghi privi di glutine. Inoltre tutti i piatti presenti nel menù devono essere preparati separatamente così da evitare possibili contaminazioni.

Dott.ssa Simona Perseo