

PRESIDIO DIALISI AMBULATORIALE CASILINO

INDICAZIONI ALIMENTARI PER LE PERSONE IN DIALISI

Presidio dialisi ambulatoriale Casilino

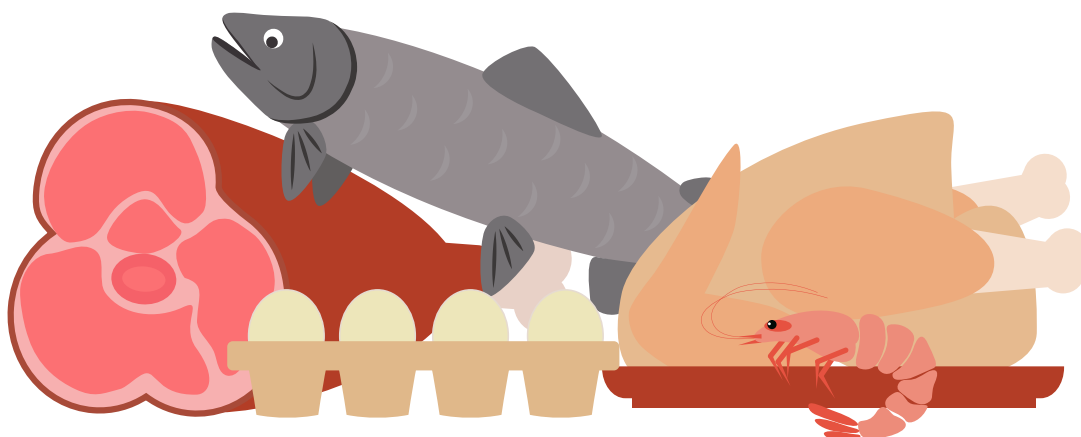
Via Casilina, 1042 - 00169 Roma - tel. 23 188 275
dialisiambulatorialecasilino@policlinicocasilino.it

Seguire un regime dietetico appropriato è essenziale per mantenere una buona nutrizione, ottimizzare il trattamento dialitico e prevenire complicanze. La dieta per i pazienti in dialisi si basa su tre principi fondamentali:

1. **Alto apporto di proteine**
2. **Controllo dell'assunzione dei liquidi**
3. **Controllo dell'assunzione di alcuni elementi**

Alto apporto di proteine

Le proteine, fondamentali per la dieta di ogni individuo, sono particolarmente importanti per le persone in dialisi. Si trovano principalmente in carne e pesce e devono essere assunte in quantità simili a quelle raccomandate per le persone sane. Questo aiuta a preservare la massa muscolare e mantenere uno stato nutrizionale adeguato.



Controllo dell'assunzione di liquidi

Controllare l'assunzione di liquidi è cruciale per le persone in dialisi poiché i reni non possono più smaltire l'acqua come prima. Le sessioni di dialisi hanno una capacità limitata di rimuovere i liquidi in eccesso, quindi è importante evitarne l'accumulo, che può danneggiare cuore, polmoni e cervello, e aumentare la pressione arteriosa.

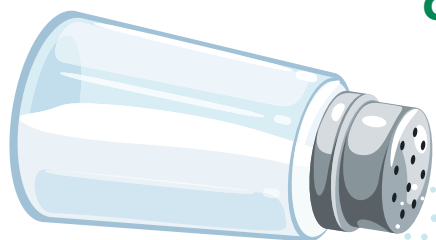
Il bilancio dei liquidi, cioè l'equilibrio tra i liquidi introdotti e quelli eliminati, si ottiene controllando quotidianamente il peso corporeo. È fondamentale mantenere il peso tra una seduta dialitica e l'altra

vicino al "peso secco" stabilito dal medico, evitando l'iperidratazione (eccesso d'acqua del corpo). Questo peso "giusto" è calcolato dal medico per prevenire edemi, ipertensione e altri segni di sofferenza cardiocircolatoria.

La quantità di liquidi che ogni paziente può assumere è variabile da caso a caso e varia in base alla diuresi residua e al contenuto d'acqua degli alimenti, come frutta e verdura. Idealmente, l'incremento del peso corporeo non dovrebbe superare i 2 Kg nell'intervallo breve, e non più di 3 Kg nell'intervallo lungo del fine settimana.

Per gestire l'assunzione di liquidi, si consiglia di ridurre il consumo di acqua, tè, minestre, brodo e alimenti particolarmente ricchi d'acqua.

Controllo dell'assunzione di alcuni elementi



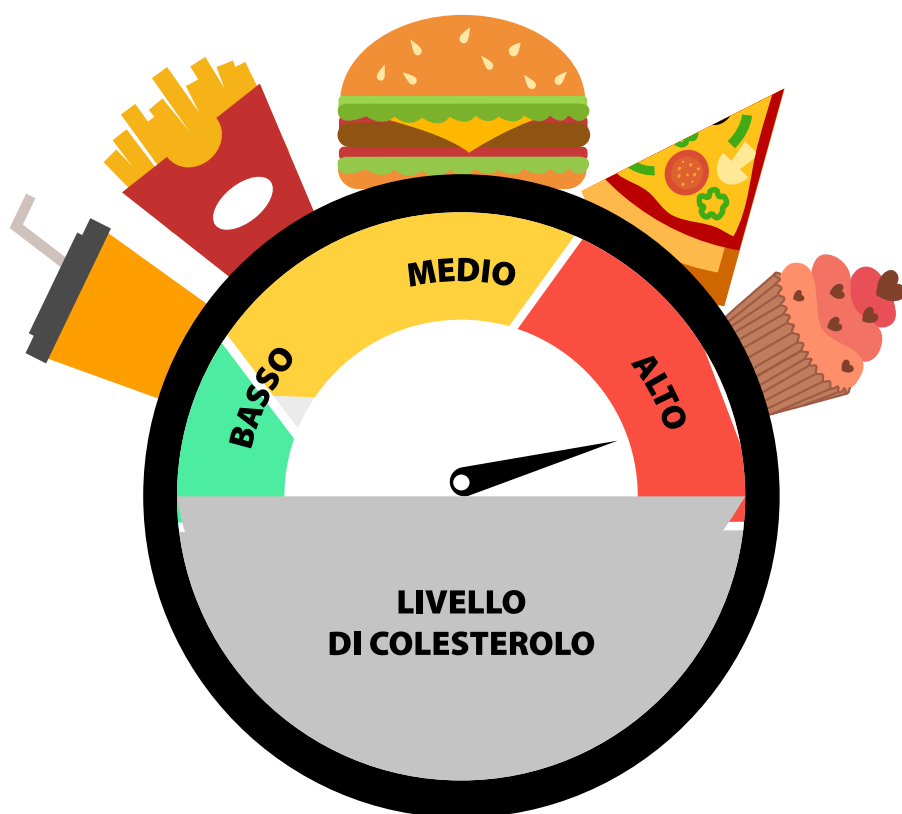
Per le persone in dialisi è fondamentale controllare l'assunzione di potassio, fosforo, calcio e sodio, poiché le capacità di eliminazione di queste sostanze sono ridotte.

Un eccesso di potassio può causare aritmie cardiache pericolose, fino all'arresto cardiaco.

Fosforo e calcio, cruciali per il metabolismo osseo, possono accumularsi e compromettere la salute delle ossa.

Il sodio, presente nel sale da cucina, provoca ritenzione idrica e può aggravare l'ipertensione. Limitare il sodio aiuta a gestire la pressione sanguigna e ridurre la sete.

La quantità di sale da limitare deve essere indicata dal medico e gli alimenti ricchi di sodio da evitare includono salumi, formaggi salati, olive, capperi, pesce in salamoia, dadi da brodo, salsa Ketchup, cracker salati e corn flakes.



I livelli di colesterolo devono essere controllati per ridurre il rischio di malattie cardiovascolari.

È consigliabile evitare grassi di origine animale come burro, panna, strutto, oli di palma e cocco, e anche carni grasse, formaggi stagionati, salumi e tuorli d'uovo.

La piramide alimentare in dialisi

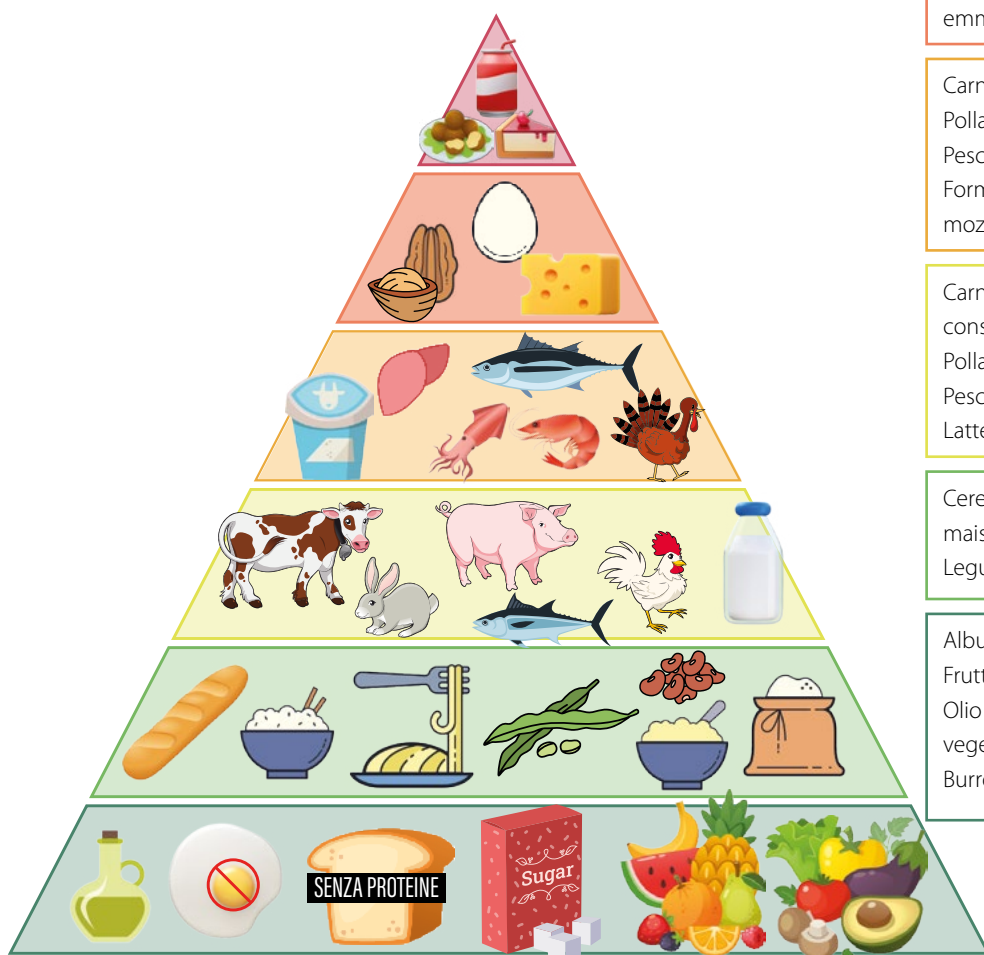
Alla base della piramide alimentare per le persone in dialisi si trovano i cibi da consumare quotidianamente, mentre al vertice si collocano quelli da assumere con moderazione. Mantenere uno stile di vita attivo e praticare una moderata attività fisica quotidiana è altrettanto importante per il benessere complessivo.



Bollitura

La bollitura è il metodo di cottura da preferire per ridurre il contenuto fosforo, potassio e sodio.

Attenzione: dopo la cottura gettare via l'acqua.



Bevande e cibi con additivi a base di fosfati
bevande (cola), latte disidratato, formaggi
lavorati, carne lavorata (bocconcini di pollo),
dolci, cappuccino istantaneo.

Formaggi a pasta dura: parmigiano, cheddar,
emmenthal, pecorino, noci e tuorlo d'uovo

Carni: salsiccia, interiora (fegato, cervello)
Pollame: tacchino
Pesce: gamberetti, totano, salmone
Formaggi a pasta morbida: ricotta, panna,
mozzarella

Carni: coniglio, agnello, prosciutto senza
conservanti, maiale, vitello
Pollame: pollo
Pesce: trota, tonno, merluzzo, nasello, sogliola
Latte, yogurt

Cereali: pane, pasta, riso, cous cous, farina di
mais, cornflakes
Legumi: piselli, fagioli, ceci, lenticchie, soia

Albume d'uovo
Frutta e verdura
Olio d'oliva e grassi vegetali (margarina
vegetale, olio di mais, olio d'arachidi)
Burro, zuccheri, prodotti aproteici

Come organizzare i pasti

È essenziale frazionare l'alimentazione in almeno 3 pasti principali (colazione, pranzo e cena) e, secondo le proprie abitudini, aggiungere 1 o 2 spuntini a metà mattina e pomeriggio.

Colazione

La colazione è un pasto fondamentale per rifornire l'organismo dopo il digiuno notturno. Ecco alcune opzioni:

- Bevande: tè, orzo, latte o yogurt, succo di frutta (considerare queste bevande nella quantità giornaliera di liquidi)
- Alimenti: pane o fette biscottate con marmellata e/o miele, cereali, biscotti secchi o brioche



Spuntino

Per spezzare la fame e non arrivare troppo affamati ai pasti principali, si può consumare:

- Un frutto (invece di mangiarlo subito dopo il pasto)
- Un piccolo pezzo di dolce secco (ciambella o crostata)
- Un pezzo di pane non salato, grissini o crackers (con un cucchiaino di miele o marmellata)

Pranzo

Il pranzo è il pasto principale della giornata e deve essere bilanciato:

- Una porzione di pasta o riso con poco parmigiano o sughi semplici di verdure (pomodoro, melanzane, zucchine, piselli) da considerare nella quantità giornaliera permessa
- Una porzione di pane comune, preferibilmente non salato
- Una piccola porzione di verdura se non già consumata in precedenza
- Un frutto di piccole dimensioni



Cena

La cena deve essere leggera per non appesantirsi troppo:

- Una piccola porzione di pasta o riso, cotta in brodo vegetale o di carne sgrassata, o in minestrone (considerare il brodo tra i liquidi permessi). In alternativa, del pane
- Una porzione di carne, pesce, formaggio o uova, secondo le indicazioni
- Una piccola porzione di verdura se non consumata in precedenza
- Un frutto di piccole dimensioni

Cosa mangiare il giorno di dialisi

• Turno del Mattino

È importante non arrivare a digiuno alla seduta di dialisi. Fare una buona colazione aiuta a prevenire spiacevoli episodi come abbassamenti pressori, ipoglicemia o nausea.

• Turno del Pomeriggio

Pranzare due ore prima dell'inizio della seduta per evitare episodi di ipotensione o nausea. Il pasto non deve essere troppo abbondante: è sufficiente un primo piatto condito in modo semplice e un piccolo frutto. Inoltre, è consigliato fare una buona cena per compensare le perdite dovute alla dialisi.

Consigli per gestire la sete

- **Controllare la quantità di fluidi:** Limitare l'assunzione di liquidi a circa ½ litro al giorno.
- **Monitorare l'assunzione di liquidi:** Utilizzare una bottiglietta da mezzo litro e bicchieri o tazze piccoli per misurare l'acqua consumata.
- **Ridurre il sale nei cibi:** Salare poco o nulla i cibi, sostituendo il sale con erbe aromatiche o spezie non piccanti.
- **Evitare i sostituti del sale:** Questi possono comunque stimolare la sete.
- **Limitare alimenti salati:** Ridurre il consumo di affettati, formaggi, alimenti in scatola o conservati, e pizza che può stimolare la sete per molte ore.
- **Evitare le bibite:** Le bibite spesso contengono fosfati e conservanti che aumentano la sete.
- **Preferire l'acqua fresca o fredda:** Aggiungere una goccia di limone per un effetto dissetante.
- **Attenzione ai cibi ricchi di liquidi:** Limitare minestre e brodi.
- **Masticare gomme o caramelle senza zucchero:** Queste possono aiutare a ridurre la sensazione di sete.

Tabelle degli alimenti

Nelle seguenti pagine si riportano le tipologie di alimenti e il loro contenuto di potassio e fosforo.

Legenda della tabella degli alimenti

	Cibi a basso contenuto di potassio o di fosforo (si possono consumare con tranquillità, senza esagerare con le quantità)
	Cibi a medio contenuto di potassio o di fosforo (da consumare con moderazione e in piccole quantità, massimo 2/3 volte alla settimana)
	Cibi ad alto o altissimo contenuto di potassio o di fosforo (da evitare categoricamente)

CEREALI E DERIVATI

Alimento	Fosforo, mg/100g	Potassio, mg/100g
BISCOTTI INTEGRALI	164	390
BISCOTTI PER L'INFANZIA	225	366
BISCOTTI SECCHI	157	140
CORNFLAKES	58	99
CRUSCA DI FRUMENTO	1200	1160
FARINA D'AVENA	342	370
FARINA DI FRUMENTO INTEGRALE	300	337
FARINA DI FRUMENTO TIPO 0	160	140
FARINA DI FRUMENTO TIPO 00	76	126
FARINA DI MAIS	99	130
FARINA DI MAIS GIALLA	99	130
FARINA DI RISO	90	104
FARINA DI SOIA	600	1660
FARINA DI TAPIOCA	12	20
FARINA D'ORZO	393	560
FARRO	420	440
FETTE BISCOTTATE	124	140
FIOCCHI D'AVENA	365	370
FRUMENTO DURO	330	494
GERME DI FRUMENTO	1100	827
GRANO SARACENO	330	450
GRISSINI	162	120
MAIS	256	287
MAIS DOLCE, IN SCATOLA, SGOCCIOLATO	79	220
MUESLI	280	440
ORZO PERLATO	189	120
PANCARRÉ	94	119
PANE AL LATTE	140	150
PANE DI SEGALE	190	190
PANE DI TIPO 0/00/1	77	176
PANE DI TIPO INTEGRALE	180	210
PASTA ALL'UOVO SECCA CRUDA	199	164
PASTA ALL'UOVO, FRESCA	169	140
PASTA DI SEMOLA CRUDA	189	192
PASTA SFOGLIA	69	94
PIZZA CON POMODORO E MOZZARELLA	48	302
RISO BRILLATO CRUDO	94	110
RISO INTEGRALE CRUDO	221	214
RISO PARBOILED CRUDO	200	150
SEMOLA	165	170
TORTELLINI, FRESCHI	236	190
TORTELLINI, SECCHI	362	291

CARNI

Alimento	Fosforo, mg/100g	Potassio, mg/100g
AGNELLO, CARNE MAGRA	196	350
AGNELLO, COSCIO, SENZA GRASSO VISIBILE	213	338
ANATRA DOMESTICA, CON PELLE	200	290
BOVINO, FEGATO	350	320
BOVINO, LESSATO IN GELATINA, IN SCATOLA	100	74
BOVINO, LINGUA	187	197
BOVINO, TRIPPA	50	18
BOVINO, VITELLO/VITELLONE, CARNE MAGRA	214	360
BOVINO, VITELLO/VITELLONE, CARNE SEMIGRASSA	170	260
BRESAOLA	168	505
CAPRETTO	220	385
CAPRIOLO	210	340
CAVALLO, FEGATO	358	320
CAVALLO	231	331
CICCIOLI	235	360
CONIGLIO, CARNE GRASSA	180	418
CONIGLIO, CARNE MAGRA	180	306
COPPA O CAPOCOLLO	263	433
CORNED BEEF IN SCATOLA	125	140
FAGIANO	308	290
FARAONA, COSCIO, SENZA PELLE	170	340
GALLINA	205	300
LUMACA	141	347
MORTADELLA DI SUINO	180	130
PANCETTA DI MAIALE	108	180
PECORA	200	350
PICCIONE	250	237
POLLO, FEGATINI	220	260
POLLO	160	300
POLLO, COTTO AL FORNO	220	366
PROSCIUTTO COTTO	250	227
PROSCIUTTO COTTO, AFFUMICATO	250	227
PROSCIUTTO CRUDO DI PARMA	261	373
PROSCIUTTO CRUDO SAN DANIELE	215	553
QUAGLIA	200	175
RANA	430	310
SALAME DA CUOCERE	356	452
SALAME DI SUINO	246	455
SALSICCIA DI SUINO, FRESCA	173	200
SALSICCIA DI SUINO, SECCA	266	309
SPECK	177	484
SUINO, CARNE GRASSA	158	300
SUINO, CARNE SEMIGRASSA	176	370
SUINO, LEGGERO, COSCIO	233	370
SUINO, LEGGERO, LOMBO - SPALLA	150	220

CARNI

Alimento	Fosforo, mg/100g	Potassio, mg/100g
TACCHINO, FESA (PETTO)	200	320
TACCHINO, FESA (PETTO), SALTATA IN PADELLA	230	457
TACCHINO, FUSO (COSCIA)	200	274
TACCHINO, FUSO (COSCIA), COTTO AL FORNO	260	347
TACCHINO, SOVRACOSCIO	200	320
TACCHINO, SOVRACOSCIO, COTTO AL FORNO	260	475
WURSTEL	130	140
WURSTEL DI POLLO	107	84
WURSTEL DI TACCHINO	134	179
ZAMPONE (CONFEZIONATO PRECOTTO), BOLLITO	96	95

PESCI E MOLLUSCHI

Alimento	Fosforo, mg/100g	Potassio, mg/100g
ACCIUGHE O ALICI	196	278
ACCIUGHE O ALICI SOTTO SALE	481	215
ACCIUGHE O ALICI SOTT'OLIO	351	700
ANGUILLA D'ALLEVAMENTO, FILETTI	480	270
ARAGOSTA	280	180
ARINGA	113	320
ARINGA AFFUMICATA/SALATA	254	447
BACCALÀ, AMMOLLATO	562	424
BASTONCINI DI PESCE SURGELATI, MERLUZZO	168	230
BRANZINO	202	307
CALAMARO	189	145
CARPA	220	286
CERNIA	128	483
COZZA O MITILO	236	320
CROSTACEI	267	212
DENTICE SURGELATO	188	350
GAMBERETTI SURGELATI	136	68
GAMBERO	349	266
GRANCHIO	229	329
HALIBUT	222	450
LUCCIO	220	250
MERLUZZO	194	320
MOLLUSCHI	198	289
ORATA D'ALLEVAMENTO, FILETTI	1050	434
ORATA, SURGELATA	125	309
OSTRICA	267	260
PALOMBO	218	290
PESCE GATTO	130	380
PESCE PERSICO	200	80
PESCE SPADA	263	288

PESCI E MOLLUSCHI

Alimento	Fosforo, mg/100g	Potassio, mg/100g
POLPO	189	350
RANA PESCATRICE	165	400
RAZZA	218	222
ROMBO	264	319
SALMONE	280	310
SALMONE AFFUMICATO	250	420
SARAGO	264	350
SARDA	215	630
SARDINE SALATE / SOTT'OLIO	510	320
SCORFANO	128	465
SEPPIA	143	273
SGOMBRO IN SALAMOIA/ SOTT'OLIO	274	95
SGOMBRO O MACCARELLO	264	360
SOGLIOLA	195	280
SPIGOLA D'ALLEVAMENTO, FILETTI	1150	258
STOCCAFISSO, AMMOLLATO	163	340
SURIMI	282	112
TONNO	264	520
TONNO IN SALAMOIA, SGOCCIOLATO	170	230
TONNO SOTT'OLIO, SGOCCIOLATO	205	301
TRIGLIA	218	340
TROTA	200	429
VONGOLA	169	314
VONGOLE IN SCATOLA, AL NATURALE	338	628

LATTICINI – FORMAGGI – STRACCHINI

Alimento	Fosforo, mg/100g	Potassio, mg/100g
ASIAGO	561	89
BRIE / CAMEMBERT	390	100
BURRATA	234	127
BURRO	16	15
CACIOCAVALLO	590	139
CACIOTTINA FRESCA	420	36
CHEDDAR	545	120
CRESCENZA	285	110
EDAM, FRESCO	387	100
EMMENTHAL	700	107
FETA	280	95
FIOCCHI DI LATTE MAGRO	75	89
FIOR DI LATTE	355	145
FONTINA	561	89
FORMAGGINO	650	108

LATTICINI – FORMAGGI – STRACCHINI

Alimento	Fosforo, mg/100g	Potassio, mg/100g
FORMAGGIO CREMOSO SPALMABILE, LIGHT	130	150
FORMAGGIO MOLLE DA TAVOLA (TIPO BEL PAESE)	480	111
FORMAGGIO SPALMABILE (TIPO PHILADELPHIA)	130	150
GORGONZOLA	326	111
GORGONZOLA CON LE NOCI	325	131
GRANA	692	120
GROVIERA	685	80
LATTE CONCENTRATO	260	360
LATTE DI BUFALA	117	178
LATTE DI CAPRA	106	180
LATTE DI VACCA, INTERO	93	150
LATTE DI VACCA, INTERO, IN POLVERE	728	1270
LATTE DI VACCA, PARZIALMENTE SCREMATO	94	170
LATTE DI VACCA, SCREMATO	97	150
MASCARPONE	97	53
MONTASIO	690	99
MOZZARELLA DI BUFALA	195	145
MOZZARELLA DI VACCA	350	145
PANNA	59	91
PARMIGIANO	678	102
PECORINO	590	90
PROVOLA AFFUMICATA	350	36
PROVOLONE	521	139
PROVOLONE PICCANTE	576	79
RICOTTA DI BUFALA	380	119
RICOTTA DI PECORA	153	98
RICOTTA DI VACCA	237	119
ROBIOLA	374	96
ROCHEFORT	400	91
SCAMORZA	299	108
SCAMORZA AFFUMICATA	299	108
SOFFICINI AL FORMAGGIO SURGELATI	210	150
SOTTILETTE	800	130
STRACCHINO	374	62
TALEGGIO	328	89
YOGURT CAPRINO	105	251
YOGURT DI LATTE INTERO	105	170
YOGURT GRECO	130	150

LEGUMI

Alimento	Fosforo, mg/100g	Potassio, mg/100g
CECI IN SCATOLA, SCOLATI	72	109
FARINA DI CECI	299	800
CECI SECCHI, COTTI	148	302

LEGUMI

Alimento	Fosforo, mg/100g	Potassio, mg/100g
FAGIOLI - BORLOTTI IN SCATOLA, SCOLATI	102	234
FAGIOLI - BORLOTTI SECCHI, COTTI	127	282
FAGIOLI - CANNELLINI IN SCATOLA, SCOLATI	78	190
FAGIOLI - CANNELLINI SECCHI, COTTI	143	289
FAGIOLI CRUDI	450	1445
FAGIOLINI FRESCHI CRUDI	48	280
FAGIOLINI SURGELATI, COTTI	33	160
FAVE FRESCHES CRUDE	93	200
FAVE FRESCHES, COTTE	110	236
LENTICCHIE IN SCATOLA, SCOLATE	77	161
LENTICCHIE SECCHES, COTTE	146	266
PISELLI FRESCHI CRUDI/SURGELATI	97	193
PISELLI IN SCATOLA, SCOLATI	95	130
PISELLI SECCHI	320	990
SOIA SECCA	591	1740
SOIA, BISTECCA	674	2384

UOVA

Alimento	Fosforo, mg/100g	Potassio, mg/100g
UOVO DI ANATRA	195	129
UOVO DI GALLINA, ALBUME	15	150
UOVO DI GALLINA, INTERO	210	133
UOVO DI GALLINA, INTERO, IN POLVERE	879	556
UOVO DI GALLINA, TUORLO	586	90
UOVO DI OCA	200	210
UOVO DI TACCHINA	200	142

ALTRI

Alimento	Fosforo, mg/100g	Potassio, mg/100g
ARANCIATA IN LATTINA	5	18
BIRRA CHIARA	28	35
CAFFE' D'ORZO IN TAZZA	10	42
COCA COLA	15	1
DADI PER BRODO	320	446
ESTRATTO DI CARNE BOVINA	7	970
KETCHUP	43	5901
MAIONESE	28	16
MIELE	6	51
VINO BIANCO DA PASTO	74	81
VINO ROSSO DA PASTO	13	110

VERDURA

Alimento	Fosforo, mg/100g	Potassio, mg/100g
AGLIO	63	600
ASPARAGI	77	240
BARBABIETOLA ROSSA	21	300
BIETA, COTTA	62	420
BROCCOLI	66	340
CARCIOFI	67	376
CAROTE	7	220
CAVOLFIORE	69	350
CAVOLI DI BRUXELLES	50	380
CAVOLO CAPPUCCIO VERDE CRUDO	29	260
CETRIOLI	17	140
CICORIA	31	236
CIPOLLA	35	140
FINOCCHI	39	276
FUNGHI COLTIVATI PRATAIOLI CRUDI	100	320
FUNGHI IN SCATOLA	70	150
GERMOGLI DI SOIA	67	218
INDIVIA	31	380
LATTUGA	31	240
MELANZANE	33	184
PATATE NOVELLE	54	367
PATATE, COTTE [ARROSTO]	55	570
PATATINE FRITTE, IN BUSTA	158	1060
PEPERONI DOLCI	28	210
POMODORI DA INSALATA	26	290
POMODORI PELATI	24	230
PORCINI	142	235
PORRI	57	310
PREZZEMOLO	75	670
SEDANO	45	280
SPINACI	62	530
SPINACI, SURGELATI	44	354
TARASSACO O DENTE DI LEONE	65	440
ZUCCHINE	65	210

FRUTTA

Alimento	Fosforo, mg/100g	Potassio, mg/100g
ALBICOCCHE	16	320
ALBICOCCHE, DISIDRATATE	139	1260
AMARENE	17	114
ANACARDI	490	565
ANANAS	8	250
ARACHIDI, TOSTATE	283	680

FRUTTA

Alimento	Fosforo, mg/100g	Potassio, mg/100g
ARANCE	22	200
ARANCE, SUCCO	17	114
AVOCADO	44	450
BANANE	28	350
CASTAGNE	81	395
CASTAGNE, SECCHE	131	738
CILIEGE	18	229
CLEMENTINE	18	130
COCCO	95	256
COCCO, ESSICCATO	160	660
COCOMERO	2	280
DATTERI, SECCHI	65	750
FICHI	25	270
FICHI, SECCHI	111	1010
FRAGOLE	28	160
KAKI	16	170
KIWI	70	400
LAMPONI	52	220
LIMONI	10	140
MANDARANCI-MANDARINI	19	160
MANDORLE DOLCI, SECCHE	550	780
MANGO	11	250
MELAGRANE	10	290
MELE FRESCHE SENZA BUCCIA	12	125
MELE, DISIDRATATE	66	730
MELONE	13	333
MIRTILLI	31	160
MORE	48	260
NESPOLE	11	250
NOCCIOLE, SECCHE	322	466
NOCI PECAN	300	603
NOCI, SECCHE	380	368
OLIVE NERE	18	432
PAPAIA	16	140
PERE FRESCHE, SENZA BUCCIA	15	127
PESCHE SENZA BUCCIA	20	260
PESCHE, DISIDRATATE	151	1229
PISTACCHI	500	972
POMPELMO	16	230
PRUGNE	14	190
PRUGNE SECCHE	85	824
RIBES	43	370
UVA	4	192
UVA, SECCA	29	864

DOLCI

Alimento	Fosforo, mg/100g	Potassio, mg/100g
BIGNÈ	66	360
BISCOTTI AL LATTE	225	366
BISCOTTI FROLLINI	85	110
BISCOTTI INTEGRALI	340	390
BISCOTTI 'PETIT BEURRE'	144	111
BISCOTTI RICOPERTI AL CIOCCOLATO	130	230
BISCOTTI SAVOJARDO	180	120
BISCOTTI WAFERS	83	160
BISCOTTO PER LA PRIMA COLAZIONE	157	140
BRIOCHE o CROISSANT	70	52
BRIOCHE o CROISSANT CON CREMA	77	58
BRIOCHE o CROISSANT CON MARMELLATA	64	57
BUDINO AL CIOCCOLATO	80	180
BUDINO ALLA VANIGLIA	68	113
CACAO AMARO IN POLVERE	685	1500
CIOCCOLATO AL LATTE	207	420
CIOCCOLATO BIANCO	230	350
CIOCCOLATO CON NOCCIOLE	219	425
CIOCCOLATO FONDENTE	186	300
CREMA DI CACAO E NOCCIOLE	164	370
CREMA PER PASTICCERIA	136	110
CREME CARAMEL	77	150
CROSTATA CON MARMELLATA	46	110
GELATO AL CIOCCOLATO	107	249
GELATO ALLA FRUTTA	99	180
GELATO FIOR DI LATTE	165	150
GHIACCIOLO ALL'ARANCIA	0	14
MARMELLATA DI ARANCE	13	44
MERENDINE AL CIOCCOLATO	122	200
MERENDINE CON MARMELLATA	55	98
MERENDINE FARCITE	172	180
MERENDINE TIPO PAN DI SPAGNA	117	103
PAN DI SPAGNA	102	104
PANETTONE	130	234
PASTA FROLLA	154	84
TIRAMISÙ	288	460
TORTA AL CIOCCOLATO	125	199
TORTA MARGHERITA	121	82