

|                                                                  | LUNEDÌ                                                                              | MARTEDÌ                                                                             | MERCOLEDÌ                                                                           | GIOVEDÌ                                                                             | VENERDÌ                                                                               | SABATO                                                                                | DOMENICA                                                                              |
|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>COLAZIONE</b>                                                 | Zucchero a colazione n° _____ cucchiaini                                            |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |
| Latte – yogurt – altro<br>(specificare)                          |    |    |    |    |    |    |    |
| Pane – fette biscottate –<br>biscotti – altro<br>(specificare)   |    |    |    |    |    |    |    |
| <b>SPUNTINO</b>                                                  |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |
| specificare                                                      |    |    |    |    |    |    |    |
| <b>PRANZO</b>                                                    | Parmigiano n° _____ cucchiaini      Olio n° _____ cucchiaini                        |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |
| Primo piatto                                                     |    |    |    |    |    |    |    |
| Secondo piatto (carne,<br>pesce, formaggio,<br>prosciutto, uova) |    |    |    |    |    |    |    |
| Contorno (verdure cotte o<br>crude)                              |    |    |    |    |    |    |    |
| Pane o sostituti                                                 |   |   |   |   |   |   |   |
| Frutta                                                           |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>SPUNTINO</b>                                                  |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |
| Specificare                                                      |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>CENA</b>                                                      | Parmigiano n° _____ cucchiaini      Olio n° _____ cucchiaini                        |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |
| Primo piatto                                                     |  |  |  |  |  |  |  |
| Secondo piatto (carne,<br>pesce, formaggio,<br>prosciutto, uova) |  |  |  |  |  |  |  |
| Contorno (verdure cotte o<br>crude)                              |  |  |  |  |  |  |  |
| Pane o sostituti                                                 |  |  |  |  |  |  |  |
| Frutta                                                           |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Altro</b>                                                     |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>PUNTEGGIO</b>                                                 |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |
| Acqua n. bicchieri                                               |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |
| Acquagel n. vasetti                                              |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |

## ISTRUZIONI PER LA COMPILAZIONE

Colorare la porzione di alimento consumato e assegnare un punteggio

|                                                                                                       |                                                                                                                                 |                                                                                                                                 |                                                                                                                                          |                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>NULLA = 0</b><br> | <b><math>\frac{1}{4}</math> (POCO) = 1</b><br> | <b><math>\frac{1}{2}</math> (METÀ) = 2</b><br> | <b><math>\frac{3}{4}</math> (QUASI TUTTO) = 3</b><br> | <b>1 (TUTTO) = 4</b><br> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Fare la somma dei punteggi

| Punteggio | Alimentazione | Rischio malnutrizione |
|-----------|---------------|-----------------------|
| $\geq 44$ | Buona         | Basso                 |
| 25 - 43   | Media         | Medio                 |
| 0 - 24    | Scarsa        | Alto                  |