



CARACTERÍSTICAS DE LA DIETA DIABÉTICA EN COLECTIVIDADES

CESNUT

NUTRICIÓN

Consultoría Nutricional

Características de la dieta para diabéticos tipo II

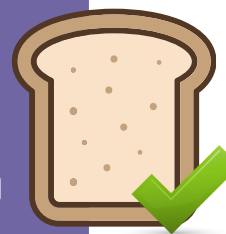
A la hora de planificar una derivación diabética, se realizará a partir del **menú basal**. Esto rebajará la carga de trabajo en la cocina al poder ofrecer dos menús bastante similares

Dicha derivación tendrá como principal objetivo controlar las raciones de carbohidratos de las comidas.

Reducción de las porciones de farináceos como arroz, pan, pasta, patata y legumbres



Potenciar la ingesta de cereales integrales para aminorar la entrada de glucosa al organismo al tener una digestión más lenta



Eliminar los procesados como pizzas, lasañas o croquetas debido al gran contenido en calorías, carbohidratos y azúcares añadidos

Evitar las salsas más grasientas o las que tengan contenidos elevados en azúcar

