Nella cartella allegata sono inclusi i seguenti file:

**-questionario di valutazione nutrizionale:** prevede sia un questionario alimentare generale che uno relativo alle abitudini alimentari;

-**diete alimentari normoproteiche** (diete da 1300 a 3000 Kcal, con apporto giornaliero di proteine < 70 grammi) con relativo schema del piano settimanale;

**-diete alimentari iperproteiche** (diete da 1300 a 3000 Kcal, con apporto giornaliero di proteine > 70 grammi) con relativo schema del piano settimanale;

**-Note generali**: nella prima parte sono riportati una serie di quesiti, con relative risposte sui principi di una corretta alimentazione; nella seconda parte sono fornite informazioni sulla composizione di un corretto pasto in base alle indicazioni della dieta mediterranea.

La prima parte potrebbe anche essere utile per l’incontro di gruppo previsto con Pepper