

	MODYFIKACJE DIETY	
ZASTOSOWANIE	Dla osób : 1.ze zdiagnozowaną nietolerancją lub alergią na dany składnik ; 2.u których względy medyczne wykluczają wybrane produkty /grupy produktów;3.których religia lub światopogląd wykluczają spożycie określonych produktów. Możliwość modyfikacji we wszystkich rodzajach diet.	
Rodzaj diety	Produkty niedozwolone	Zamienniki produktów niedozwolonych
BEZJAJECZNA (JA) Zastosowanie: • alergia na białko jaj	1.jaja kurze,przepiórcze, perlicze,indycze ,kacze 2.makaron jajeczny ,drożdżówki ,rogale, bułeczki,produkty zbożowe zawierające jaja w składzie ; 3.przetwory wytwarzane z dodatkiem jajeczny4.przetwory mięsne,rybne z dodatkiem jaj , np..pulpety,klopsy; 4.przetwory warzywne z dodatkiem jaj; 5.ciała,ciastka,lody,inne desery zawierające jaja;wszystkie produkty i potrawy zawierające proszek jajeczny	1.wszelkie pieczywo bez jaj w recepturze,kasze ,płatki naturalne,mąki, makarony bezjajeczne 2.warzywa zawierające w szczególności duże zawartości żelaza ,np. natka pietruszki, szpinak ,buraki ćwikłowe,jarmuż, brokuł,fasolka szparagowa; 3.mięso chude:drób,schab,szynka,wołowina, cielęcina; 4.ryby 5.budynie,kisiele,galaretki bez jaj
BEZGLUTENOWA (GL) Zastosowanie: • celakia(choroba trzewna) • alergia na pszenicę i inne zboża • nieceliakalna nadwrażliwość na gluten • inne diety wymagające wyłączenia glutenu	1.żyto,pszenica,jęczmień, owies niecertyfikowany jako bezglutenowy,orkisz 2.wszystkie produkty , które zawierają ww. zboża np. pieczywo,maca,płatki owsiane,pszenne,jęczmiennie,żytnie,muesli, kasze:manna,jęczmienna,bulgur,makarony w tym kus-kus,otręby,kielki,zarodki,wędliny sosy,zupy w proszku,kawa zbożowa,kakao owsiane. 3.zagęszczacze na bazie skrobi pszennej w jogurtach lub bulionach; 4.produkty instant,sos sojowy,mieszanki przyprawowe,wędliny o nie znanym składzie,płatki kukurydziane i pieczywo ryżowe bez symbolu przekreślonego kłosa 5.wszystkie pozostałe produkty spożywcze zawierające na opakowaniu informacje ,że zawierają gluten (w tym przetwory mięsne ,rybne,przetwory nabiałowe,przetwory owocowo-warzywne,przyprawy)	1.produkty opisane jako „bezglutenowe „(zgodnie z rozporządzeniem wykonawczym Komisji (UE)nr 828/2014 z dnia30 lipca 2014 r w sprawie przekazywanie informacji konsumentom na temat nieobecności lub zmniejszonej zawartości glutenu w żywności(Dz.Urz.UE L228Z 31.07.2014 r str.5) 2.dozwolone są produkty powstałe z roślin,które w swojej naturze nie zawierają glutenu; 3.mąki:ryżowa,sojowa,gryczana,kukurydzana,jaglana, z nasion roślin strączkowych,z prosa,komosy ryżowej,amarantusa,ziemniaczana 4.kasze i makarony ww.zbóż 5.tapioka 6.sago 7.orzechy ,sezam,ciecierzycy,siemię lniane,ziarna słonecznika 8.nasiona roślin strączkowych 9.wafle ryżowe,chrupki symbolem przekreślonego kłosa
BEZLAKTOZOWA (LA)	1.mleko pochodzenia zwierzęcego 2.mleko w proszku,mleko zagęszczone 3.produkty mleczne pochodzenia zwierzęcego	1.Napoje roślinne fortyfikowane(wzbogacane wapniem):owsiane,sojowe,migdałowe,orzechowe, ryżowe,kokosowe 2.mleko i produkty mleczne bez laktozy

BEZMLECZNA (ML) Zastosowanie: • nietolerancja mleka krowiego • alergia na białko mleka	1.mleko pochodzenia zwierzęcego;1.na 2.mleko w proszku,mleko zagęszczane 3.sery żółte,białe,śmietana,maślanka,serwatka,jogu rty,kefir,,mleko zsiadłe; 34.masło; 5.produkty zawierające kazeinę,laktoalbuminę laktoglobulinę; 6.mięso wołowe,(przy alergii na albuminę surowicy bydlęcej) 7.cielęcina(przy alergii na albuminę surowicy bydlęcej)	1.Napoje roślinne fortifikowane(wzbogacane wapniem):owsiane,sojowe,migdałowe,orzechowe, ryżowe,kokosowe; 2.mięso ,ryby, jaja; 3.nasiona roślin strączkowych-np. grochu,fasoli,bobu,ciemierzycy i soi; 4.pestki roślin takich jak dynia,mak i słonecznik
WEGETARIAŃSKA (WE) Zastosowanie: • dla osób niespożywających mięsa i jego przetworów	1.mięso 2.wędliny 3.potrawy mięsne i półmięsne 4.buliony i wywary mięsne 5.desery na bazie żelatyny mięsnej 6.tłuszcze typu:smalec, słonina,boczek	1.ryby wg preferencji 2.jaja 3. potrawy z nasion warzyw strączkowych 4.napoje roślinne fortifikowane(wzbogacane wapniem) 5.kiełki nasion 6.zupy i sosy na warzywnych bulionach i wywarach 7.oleje i oliwy roślinne