

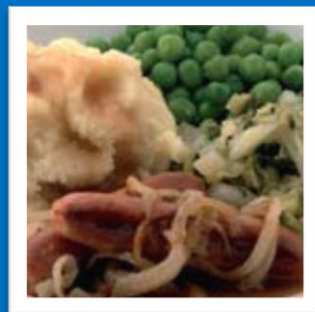


Pacientų maitinimo tarnybos informacinis lankstinukas

(Patient Food Service Information Booklet)

Lithuanian

Šis informacinis lankstinukas yra skirtas pacientams.
Iš palatos jo išnešti negalima



Maitinimo tarnybos informacija pacientams

Tikimės, kad gulėdami ligoninėje mėgausitės maistu. Šis lankstinukas skirtas teikti informacijai apie Tresto maitinimo paslaugas, kurios jums gali prireikti buvimo ligoninėje metu. Jei jums reikia pagalbos pasirenkant maistą, galbūt dėl specialių mitybos reikalavimų, arba jei jums sudėtinga suplanuoti savo mitybą, informuokite apie tai palatos personalo narį, kuris jums padės. Taip pat galite patys susisiekti su dietologu arba maitinimo personalo nariu.

Maitinimo politika Genetiškai modifikuotas maistas Alergenai Kaip naudotis meniu	3 puslapis
Maisto užsakymas	4 puslapis
Vegetariškas ir veganiškas maistas	5 puslapis
Dviejų savaičių meniu	6–19 puslapiai
Pacientų papildomų parinkčių meniu	20 puslapis
Vegetariškas ir veganiškas papildomų parinkčių meniu	21 puslapis
Halalinis meniu	22 puslapis
Košerinis meniu	23 puslapis
Maisto be glitimo meniu	24 puslapis
Informacija apie maitinimąsi minkštu maistu	25 puslapis
Pirmosios stadijos meniu ir informacija	26 puslapis
Antrosios stadijos meniu ir informacija	27 puslapis

Maitinimo politika

Visi mūsų receptai yra patikrinti kvalifikuotų dietologų ir sukurti norint jums padėti pasirinkti gerai subalansuotus ir maistingus valgius. Ligoninėje gulinčių asmenų apetitas dažnai yra sumažėjęs, todėl mūsų tikslas yra užtikrinti maisto įvairovę, kad būtų patenkinti jūsų poreikiai. Gera mityba yra jūsų gydymo dalis, ji naudinga sveikatai ir padeda pasveikti.

Genetiškai modifikuotas maistas

Linkolnšyro ligoninių asociacijos Nacionalinės sveikatos tarnybos tresto maitinimo tarnyba nenaudoja jokių maisto produktų ar sudedamųjų dalių, kurios pripažintos kilusios iš genetiškai modifikuotų (GM) javų.

Alergenai

Ar mūsų receptuose nėra alergenų, buvo iširta pagal **2004 m. Maisto žymėjimo (pataisa) (Anglija) (2 numeris) reglamentus**.

Norėdami gauti išsamesnę konsultaciją ir informacijos, susisiekite su maitinimo skyriumi.

Kaip naudotis meniu

Meniu pateikiamas kasdienis valgių asortimentas, iš kurio galite rinktis dviejų savaitių laikotarpio metu.

Galite rinktis patiekalus iš meniu, bet turite atidžiai apsvarstyti savo pasirinkimą, jei jums reikia specialios dietos.

Jei nežinote, ar tam tikras valgis jums tinka, turėtumėte tai aptarti su slaugytojais arba dietologais.

- ◆ Maitinimo laikas gali būti skirtingas. Paklauskite palatos personalo apie nustatytą maitinimo laiką.
- ◆ Galime pasiūlyti įvairių valgių pusryčiams, pietums ir vakarienei.
 - Pusryčiai yra lengvi: vaisių sultys, įvairūs dribsniai, skrudinta duona, marmeladas arba uogienė.
 - Maitinimo personalas mūsų centrinėje virtuvėje pagamins jums pietus ir vakarienę. Jūsų valgius jums pristatys ir patieks šeimininkės arba slaugytojai, taip pat paduos meniu, kad patikrintumėte, ar gavote savo užsąkytą maistą.
 - Vaisių sulčių, duonos ir pagardų, pvz., pipirų ir padažų, galima gauti visada. (Paprasykite jų palatos personalo, jei su maistu jie nepasiūlomi.)
- ◆ Dienos metu jums bus pasiūlyta įvairių karštų ir šaltų gėrimų. Juos patieks šeimininkės arba slaugytojai.
- ◆ Jei jūsų lankytojai norėtų užkandžių ar gėrimų, ligoninėje yra keletas pardavimo vietų. Informacijos paprasdykite palatos personalo.

Maisto užsakymas

Kas dieną jums bus duotas meniu su patiekalais, siūlomais kitai dienai. Norėtume, kad nurodytumėte savo pasirinkimą pažymėdami langelį prie kiekvienos parinktės. Užpildžius, meniu bus paimtas.

Kiekvienas patiekalas yra pažymėtas, kad jūsų pasirinkimas būtų aiškus. Simboliai yra tokie:

S – minkštas maistas;

He – daug energijos teikiantis maistas;

♥ – sveikas maistas;

(V) – vegetariškas maistas.

Jei laikotės specialios dietos, prašome informuoti palatos personalą ir pasirinkti iš valgių su atitinkamais simboliais.

Atkreipkite dėmesį, kad sveikas maistas tinka kiekvienam, besilaikančios diabetinės arba svorio mažinimo dietos.

Meniu kortelėje būtinai užrašykite savo vardą ir pavardę bei palatą, kad patiektume jums tinkamą maistą. Jei jums reikia pagalbos meniu kortelei užpildyti, paprašykite palatos personalo.

Be šio išsamaus meniu taip pat siūlome **pacientų papildomų parinkčių meniu**, jei nenorite siūlomų valgių.

Porcijų dydžiai

Porcijų dydžiai apskaičiuoti taip, kad atitiktų Sveikatos departamento mitybos reikalavimus ligoninių pacientams. Šie standartai yra nustatyti siekiant užtikrinti, kad gautumėte pakankamai maistingų medžiagų (ypač baltymų) savo kūnui sustiprinti ir gijimo procesui paspartinti, kai sergate.

Jei jums reikia mažesnių porcijų, pažymėkite tai savo meniu, ir mes pasistengsime sumažinti daržovių ir bulvių kiekį.

Vegetariškas ir veganiškas maistas

Vegetarų asociacija bendradarbiavo su nacionaline sveikatos tarnyba, kad nustatytų kai kuriuos šio meniu valgius. Jei prie patiekalo yra Vegetarų asociacijos logotipas, visas jo specifikacijas nurodė Vegetarų asociacija (pvz., laisvai auginamų vištų kiaušiniai). Jei prie patiekalo nėra logotipo, gali būti naudojamos kitokios sudedamosios medžiagos, pvz., nelaisvai auginamų vištų kiaušiniai.



Vegetariški kiekvienai dienai siūlomi patiekalai meniu pažymėti (V) simboliu. Taip pat siūlome **vegetarišką ir veganišką papildomų parinkčių meniu** pacientams, kurie norėtų kitokio maisto. Šie valgiai yra pagaminti pagal receptus, kuriuos Nacionalinei sveikatos tarnybai specialiai sukūrė geriausių vyriausiųjų virėjų komanda ir patvirtino Vegetarų asociacija.

Pagal mūsų vegetarinių valgių gamavimo politiką naudojami netiesioginės gyvulinės kilmės produktai, pavyzdžiui, pienas, laisvai auginamų vištų kiaušiniai ir vegetariškas sūris, bet nenaudojami tiesioginės gyvulinės kilmės produktai, pavyzdžiui, mėsa ir žuvis arba sudedamosios dalys, gautos iš gyvūnų, pavyzdžiui, šliužo fermentas arba želatina.

Visi sūriai, tiekiami šioje ligoninėje pacientams ir restoranuose bei valgyklose, tinkami vegetarams.

Veganiškas maistas

Kad būtų suteikta kiek galima daugiau pasirinkimo galimybių, pacientams, kurie nori veganams tinkamo maisto, siūlomas atskirų patiekalų meniu, iš kurio jie gali pasirinkti valgius. Žr. **vegetarišką ir veganišką papildomų parinkčių meniu**.

Visos sudedamosios dalys yra atidžiai patikrinamos, kad būtų įsitikinta, jog nėra jokių gyvūninės kilmės produktų arba darinių, t. y., jokių gyvūninių riebalų ir riebalų, dedamų į tešlą dėl trapumo, pieno, sūrio, mėsos sultinių ar padažų.

DVIEJŲ SAVAIČIŲ MENIU

1 PIRMADIENIO PIETŪS - MONDAY 01 LUNCH

Žuvies pyragas su bulvių viršumi - *Fish Pie with Potato Topping* S He

Saldžiarūgštė kiauliena - *Sweet and Sour Pork* He
Daržovių troškiny s (V)- *Vegetable Stroganoff* ♥

Bulvių košė - *Creamed Potatoes* S ♥
Virti ryžiai - *Boiled Rice* ♥
Žalieji žirneliai - *Garden peas* ♥
Griežinėliais pjaustytos morkos - *Sliced Carrots* S ♥

Šalta kepta vištiena - *Cold Roast Chicken* ♥
Dubenėlis salotų - *Salad Bowl* ♥

Imbierinis biskvitas - *Ginger Sponge* S He
Saldus padažas - *Custard Sauce* S ♥
Ryžių pudingas - *Rice Pudding* S He
Šviežias apelsinas - *Fresh Orange* ♥
Kriaušės savose sultyse - *Pears in Natural Juice* S ♥

1 PIRMADIENIO VAKARIENĖ - MONDAY 01 SUPPER

Tiršta daržovių sriuba - *Thick Vegetable Soup*
Apelsinų sultys - *Orange Juice* S ♥

Paprastas omletas (V) - *Plain Omelette* S ♥
Skrudintos bulvių su lupenomis skiltelės - *Jacket Wedges* He
Keptos pupelės - *Baked Beans* ♥

Kiaulienos pyragas - *Pork Pie* He
Dubenėlis salotų - *Salad Bowl* ♥

Sumuštinis su sūriu (rupių miltų duona) - *Cheese Sandwich (Wholemeal)* He S
Sumuštinis su sūriu (balta duona) - *Cheese Sandwich (White)* He S
Turkiškas sumuštinis (rupių miltų duona) - *Turkey Sandwich (Wholemeal)* ♥
Turkiškas sumuštinis (balta duona) - *Turkey Sandwich (White)* ♥

Bananinis pyragaitis - *Banana Cake* S He
Braškėnis kremas - *Strawberry Whirl* S
Ledai - *Ice Cream* S
Persikai savose sultyse - *Peaches in Natural Juice* S ♥
Sūris ir sausainiai - *Cheese and Biscuits*

2 ANTRADIENIO PIETŪS - TUESDAY 02 LUNCH

Kepta vištiena -Roast Chicken	♥
Šalavijo ir svogūnų įdaras -Sage and Onion Stuffing)	
Dešrelių troškiny – Sausage Hot Pot	He
Makaronai su sūriu (V) <i>Macaroni Cheese</i>	S He
Padažas - Gravy	S
Bulvių košė – Creamed Potatoes	S ♥
Keptos bulvės – Saute Potatoes	He
Brokoliai - Broccoli	S ♥
Daržovių mišinys – Mixed Vegetables	♥
Čederio sūris su ananasu – Cheddar Chesse and Pineapple	He
Dubenėlis salotų – Salad Bowel	♥
Obuolių pyragas – Apple Crumble	He
Saldus padažas – Custard Sauce	S ♥
Maltų ryžių pudingas – Ground Rice Pudding	S He
Šviežias bananas – Fresh Banana	S ♥
Ananasai savose sultyse – Pineapple in Natural Juice	♥

2 ANTRADIENIO VAKARIENĖ – TUESDAY 02 SUPPER

Pomidorų sriuba – Tomato Soup	S
Apelsinų sultys – Orange Juice	S ♥
Pikantiškas maltinukas – Savory Mince Cobbler	S He
Bulvių košė – Creamed Potatoes	S ♥
Žalieji žirneliai – Garden Peas	♥
Tunas – Tuna	
Dubenėlis salotų – Salad Bowl	♥
Sumuštinis su lašiša (rupių miltų duona) - Pink Salmon Sandwich (Wholemeal)	S ♥
Sumuštinis su lašiša (balta duona) - Pink Salmon Sandwich (White)	S
Sumuštinis su kiaušiniiais ir majonezu (rupių miltų duona) - Egg Mayonnaise Sandwich (Wholemeal)	S He
Sumuštinis su kiaušiniiais ir majonezu (balta duona) - Egg Mayonnaise Sandwich (White)	S He
Spurga su uogiene – Jam Doughnut	S He
Vaisinis jogurtas – Fruit Yoghurt	S ♥
Ledai – Ice Cream	S
Vaisių kokteilis su natūraliomis sultimis – Fruit Cocktail in Natural Juice	♥
Sūris ir sausainiai – Cheese and Biscuits	

3 TREČIADIENIO PIETŪS

Kepta kalakutiena	♥
Spanguolių padažas	
Jautienos troškiny	S ♥
Lęšių apkepas (V)	He
Padažas	S
Bulvių košė	S ♥
Skrudintos bulvės	He
Žiediniai kopūstai	S ♥
Šparaginės pupelės	♥
Rūkyta skumbrė	♥
Dubenėlis salotų	♥
Kriaušės su citrinų griežinėliais savose sultyse	S He
Saldus padažas	S ♥
Ryžių pudingas	S He
Šviežias obuolys	♥
	S ♥

3 TREČIADIENIO VAKARIENĖ

Vištienos sriuba	S
Apelsinų sultys	S ♥
Žiediniai kopūstai su sūriu (V)	S He
Skrudintos bulvių su lupenomis skiltelės	He
Daržovių mišrainė	S ♥
Šalta kepta jautiena	♥
Dubenėlis salotų	♥
Sumuštinis su sūriu ir pomidorais (rupių miltų duona)	S ♥
Sumuštinis su sūriu ir pomidorais (balta duona)	S
Sumuštinis su kumpiu (rupių miltų duona)	♥
Sumuštinis su kumpiu (balta duona)	
Kiaušininis kremas	S
Mandarinai becukrėje želė	S ♥
Ledai	S
Vaisių kokteilis su natūraliomis sultimis	♥
Sūris ir sausainiai	

4 KETVIRTADIENIO PIETŪS

Vištienos korma	S He
Keptas rūkytas kumpis	♥
Aštrus daržovių troškinys (V)	He
Petražolių padažas	S He
Bulvių košė	S ♥
Virti ryžiai	♥
Saldusis kukurūzas	♥
Brokoliai	S ♥
Škotiškas kiaušinis	He
Dubenėlis salotų	♥
Šokoladinis biskvitas	S He
Šokoladinis padažas	S ♥
Maltų ryžių pudingas	S He
Šviežias bananas	S ♥
Persikai savose sultyse	S ♥

4 KETVIRTADIENIO VAKARIENĖ

Grybų sriuba	S
Apelsinų sultys	S ♥
Lankašyro troškinys	S He
Bulvių košė	S ♥
Griežtis	S ♥
Ispaniškas apkepas su įdaru (V)	He
Dubenėlis salotų	♥
Sumuštinis su kiaušiniiais ir majonezu (rupių miltų duona)	S He
Sumuštinis su kiaušiniiais ir majonezu (balta duona)	S He
Turkiškas sumuštinis (rupių miltų duona)	♥
Turkiškas sumuštinis (balta duona)	
Biskvitas su plakta grietinėle ir vaisiais	S He
Vaisinis jogurtas	S ♥
Ledai	S
Ananasai savose sultyse	♥
Sūris ir sausainiai	

5 PENKTADIENIO PIETŪS

Džiūvėsėliuose voliota žuvis	He
Jautienos lazanija	He
Bulvių, sūrio ir porų apkepas (V)	S He
Petražolių padažas	S He
Bulvių košė	S ♥
Skrudintos bulvių skiltelės	He
Žalieji žirneliai	♥
Griežinėliais pjaustytos morkos	S ♥
Šalta kepta kalakutiena	♥
Dubenėlis salotų	♥
Obuolių pyragas	He
Saldus padažas	S ♥
Ryžių pudingas	S He
Šviežias bananas	S ♥
Vaisių kokteilis su natūraliomis sultimis	♥

5 PENKTADIENIO VAKARIENĖ

Salierų sriuba	S
Apelsinų sultys	S ♥
Vištienos troškiny	S He
Bulvių košė	S ♥
Daržovių mišinys	♥
Sūdyta jautiena	S
Dubenėlis salotų	♥
Sumuštinis su sūriu, morkomis ir svogūnais (rupių miltų duona)	He
Sumuštinis su sūriu, morkomis ir svogūnais (balta duona)	He
Sumuštinis su kumpiu (rupių miltų duona)	♥
Sumuštinis su kumpiu (balta duona)	
Pyragaitis su šokolado gabaliukais	He
Braškių blanmanžė (drebučiai)	S ♥
Ledai	S
Kriaušės savose sultyse	S ♥
Sūris ir sausainiai	

6 ŠEŠTADIENIO PIETŪS

Jautienos troškiny	S ♥
Pyragėlis su mėsos ir daržovių įdaru	He
Bostono pupelės (V)	♥
Padažas	S
Bulvių košė	S ♥
Bulvių krocketai	He
Daržovių mišinys	♥
Kopūstai	♥
Kaimiškas sūris	S ♥
Dubenėlis salotų	♥
Beikvelo pyragaitis	He
Saldus padažas	S ♥
Maltų ryžių pudingas	S He
Šviežias obuolys	♥
Mandarinai savose sultyse	S ♥

6 ŠEŠTADIENIO VAKARIENĖ

Minestronė (daržovių sriuba)	S
Apelsinų sultys	S ♥
Šepardo pyragas	S He
Bulvių košė	S ♥
Kubeliais pjaustytas griežtis	S ♥
Šaltas kumpis	♥
Dubenėlis salotų	♥
Sumuštinis su tunu ir agurkais (rupių miltų duona)	♥
Sumuštinis su tunu ir agurkais (balta duona)	
Sumuštinis su kiaušiniiais ir majonezu (rupių miltų duona)	S He
Sumuštinis su kiaušiniiais ir majonezu (balta duona)	S He
Šokoladiniai putėsiai	S
Vaisinis jogurtas	S ♥
Ledai	S
Persikai savose sultyse	S ♥
Sūris ir sausainiai	

7 SEKMADIENIO PIETŪS

Kepta jautiena ♥
Jorkšyro pudingas S He
Paprastas omletas (V) S ♥
Padažas S

Bulvių košė S ♥
Skrudintos bulvės He
Brokoliai S ♥
Griežinėliais pjaustytos morkos S ♥

Šalta kepta vištiena ♥
Dubenėlis salotų ♥

Gervuogių ir obuolių pyragas He
Saldus padažas S ♥
Ryžių pudingas S He
Šviežias apelsinas ♥
Vaisių kokteilis su natūraliomis sultimis ♥

7 SEKMADIENIO VAKARIENĖ

Jaučio uodegos sriuba S
Apelsinų sultys S ♥

Makaronai su sūriu (V) S He
Bulvių krocketai He
Žalieji žirneliai ♥

Lašiša S ♥
Dubenėlis salotų ♥

Sumuštinis su sūdyta jautiena (rupių miltų duona) S ♥
Sumuštinis su sūdyta jautiena (balta duona) S
Sumuštinis su kiaušiniiais ir pomidorais ♥
(rupių miltų duona)
Sumuštinis su kiaušiniiais ir pomidorais
(balta duona)

Vaisių kokteilis becukrėje želė ♥
Irisinis kremas S
Ledai S
Kriaušės savose sultyse S ♥
Sūris ir sausainiai

8 PIRMADIENIO PIETŪS

Troškintos dešrelės su svogūnais	S He
Jautienos troškinys	S
Daržovių tikka masala (V)	He
Padažas	S
Bulvių košė	S ♥
Virti ryžiai	♥
Daržovių mišinys	♥
Žiediniai kopūstai	S ♥

Tarkuotas sūris	He
Dubenėlis salotų	♥

Biskvitas su uogiene	S He
Saldus padažas	S ♥
Maltų ryžių pudingas	S He
Šviežias bananas	S ♥
Ananasai savose sultyse	♥

8 PIRMADIENIO VAKARIENĖ

Pomidorų sriuba	S
Apelsinų sultys	S ♥

Vištienos troškinys	S He
Bulvių košė	S ♥
Šparaginės pupelės	♥

Šaltas kumpis	♥
Dubenėlis salotų	♥

Turkiškas sumuštinis (rupių miltų duona)	♥
Turkiškas sumuštinis (balta duona)	
Sumuštinis su sūriu ir marinuotais agurkais (rupių miltų duona)	He
Sumuštinis su sūriu ir marinuotais agurkais (balta duona)	He

Sklindžiai su uogiene	He
Vaisinis jogurtas	S ♥
Ledai	S
Mandarinai savose sultyse	S ♥
Sūris ir sausainiai	

9 ANTRADIENIO PIETŪS

Vištiena „Dixie“	He
Kaimiškas pyragas	S He
Daržovių lazanija (V)	He
Padažas	S
Bulvių košė	S ♥
Keptos bulvės	He
Kopūstai	♥
Kubeliais pjaustytos morkos	S ♥
Tunas	S ♥
Dubenėlis salotų	♥
Slyvų pyragas	He
Saldus padažas	S ♥
Ryžių pudingas	S He
Šviežias bananas	S ♥
Persikai savose sultyse	S ♥

9 ANTRADIENIO VAKARIENĖ

Tiršta daržovių sriuba	
Apelsinų sultys	S ♥
Žuvies apkepas	S He
Bulvių košė	S ♥
Žalieji žirnėliai	♥
Kiaulienos pyragas	He
Dubenėlis salotų	♥
Sumuštinis su kiaušiniiais ir majonezu (rupių miltų duona)	S He
Sumuštinis su kiaušiniiais ir majonezu (balta duona)	S He
Sumuštinis su sūdyta jautiena (rupių miltų duona)	S ♥
Sumuštinis su sūdyta jautiena (balta duona)	S
Avižinis paplotėlis su sirupu	He
Aviečių kremas	S
Ledai	S
Ananasai savose sultyse	♥
Sūris ir sausainiai	

10 TREČIADIENIO PIETŪS

Kepta ériena su mėtų padažu	He
Karališkas vištienos troškinys	S ♥
Lęšių apkepas (V)	He
Padažas	S
Bulvių košė	S ♥
Skrudintos bulvės	He
Kopūstai	♥
Kubeliais pjaustytas griežtis	S ♥
Sardinės	♥
Dubenėlis salotų	♥
Duonos ir sviesto pudingas	S He
Saldus padažas	S ♥
Maltų ryžių pudingas	S He
Šviežias apelsinas	♥
Vaisių kokteilis su natūraliomis sultimis	♥

10 TREČIADIENIO VAKARIENĖ

Minestronė (daržovių sriuba)	S
Apelsinų sultys	S ♥
Paprastas omletas (V)	S ♥
Bulvių krocketai	He
Keptos pupelės	♥
Olandiškas sūris	♥
Dubenėlis salotų	♥
Sumuštinis su kumpiu (rupių miltų duona)	He ♥
Sumuštinis su kumpiu (balta duona)	He ♥
Sumuštinis su tunu ir majonezu (rupių miltų duona)	S He
Sumuštinis su tunu ir majonezu (balta duona)	S He
Biskvitas „Viktorija“	S He
Vaisinis jogurtas	S ♥
Ledai	S
Kriaušės savose sultyse	S ♥
Sūris ir sausainiai	

11 KETVIRTADIENIO PIETŪS

Keptas rūkytas kumpis su ananasais	♥
Makaronai su Bolonijos padažu iš jautienos	S ♥
Bostono pupelės (V)	♥
Padažas	S
Bulvių košė	S ♥
Skrudintos bulvės	He
Brokoliai	S ♥
Saldusis kukurūzas	♥
Rūkyta skumbrė	♥
Dubenėlis salotų	♥
Biskvitas su auksiniu sirupu	S He
Saldus padažas	S ♥
Ryžių pudingas	S He
Šviežias bananas	S ♥
Mandarinai savose sultyse	S ♥

11 KETVIRTADIENIO VAKARIENĖ

Daržovių sriuba su smulkinta mėsa	
Apelsinų sultys	S ♥
Lotaringijos apkepas su įdaru	He
Keptos bulvės	He
Žalieji žirnėliai	♥
Tarkuotas čederio sūris	He S
Dubenėlis salotų	♥
Sumuštinis su kiaušiniai ir majonezu (rupių miltų duona)	S He
Sumuštinis su kiaušiniai ir majonezu (balta duona)	S He
Turkiškas sumuštinis (rupių miltų duona)	♥
Turkiškas sumuštinis (balta duona)	
Morkų pyragaitis	He
Citrininiai putėsiai	S ♥
Ledai	S
Persikai savose sultyse	S ♥
Sūris ir sausainiai	

12 PENKTADIENIO PIETŪS

Ant grotelių kepta žuvis su petražolių padažu	S He
Pupelių ir mėsos troškinys su raudonaisiais pipirais	He
Daržovių troškinys (V)	♥
Virti ryžiai	♥
Bulvių košė	S ♥
Skrudintos bulvių skiltelės	He
Žalieji žirneliai	♥
Jaunos morkytės	S ♥
Šaltas kumpis	♥
Dubenėlis salotų	♥
Šokoladinis biskvitas	S He
Šokoladinis padažas	S ♥
Maltų ryžių pudingas	S He
Šviežias obuolys	♥
Ananasai savose sultyse	♥

12 PENKTADIENIO VAKARIENĖ

Porų sriuba	S
Apelsinų sultys	S ♥
Smulkinta sūdyta jautiena	S ♥
Bulvių košė	S ♥
Šparaginės pupelės	♥
Šalta kepta vištiena	♥
Dubenėlis salotų	♥
Sumuštinis su sūriu (rupių miltų duona)	He S
Sumuštinis su sūriu (baltos duonos)	He S
Sumuštinis su kumpiu (rupių miltų duona)	♥
Sumuštinis su kumpiu (balta duona)	
Vyšnių pyragaitis	He
Vaisinis jogurtas	S ♥
Ledai	S
Vaisių kokteilis su natūraliomis sultimis	♥
Sūris ir sausainiai	

13 ŠEŠTADIENIO PIETŪS

Jautienos troškiny	S ♥
Vištienos korma	S He
Paprastas omletas (V)	S ♥
Padažas	
Virti ryžiai	♥
Bulvių košė	S ♥
Skrudintos bulvės	He
Kopūstai	♥
Kubeliais pjaustytas griežtis	S ♥
Kaimiškas sūris	S ♥
Dubenėlis salotų	♥
Rabarbarų pyragas	He
Saldus padažas	S ♥
Ryžių pudingas	S He
Šviežias apelsinas	♥
Kriaušės savose sultyse	S ♥

13 ŠEŠTADIENIO VAKARIENĖ

Pomidorų sriuba	S
Apelsinų sultys	S ♥
Pikantiškas maltinukas ir Jorkšyro pudingas	S He
Bulvių košė	S ♥
Šparaginės pupelės	♥
Tunas	S ♥
Dubenėlis salotų	♥
Turkiškas sumuštinis (rupių miltų duona)	♥
Turkiškas sumuštinis (balta duona)	
Sumuštinis su sūriu, morkomis ir svogūnais (rupių miltų duona)	He
Sumuštinis su sūriu, morkomis ir svogūnais (balta duona)	He
Vaisių pyragaitis	He
Braškiniai putėsiai	S ♥
Ledai	S
Mandarinai savose sultyse	S ♥
Sūris ir sausainiai	

14 SEKMADIENIO PIETŪS

Kepta kiauliena su obuolių padažu	♥
Brokolių ir sūrio apkepas (V)	S He
Padažas	S
Bulvių košė	S ♥
Skrudintos bulvės	He
Briuselio kopūstai	S ♥
Griežinėliais pjaustytos morkos	S ♥
Šalta kepta jautiena	♥
Dubenėlis salotų	♥
Abrikosinis biskvitas	S He
Saldus padažas	S ♥
Maltų ryžių pudingas	S He
Šviežias bananas	S ♥
Ananasai savose sultyse	♥

14 SEKMADIENIO VAKARIENĖ

Grybų sriuba	S
Apelsinų sultys	S ♥
Vištienos troškiny	S He
Bulvių košė	S ♥
Daržovių mišinys	♥
Šaltas kumpis	♥
Dubenėlis salotų	♥
Sumuštinis su sūdyta jautiena ir pomidorais (rupių miltų duona)	♥
Sumuštinis su sūdyta jautiena ir pomidorais (balta duona)	♥
Sumuštinis su kiaušiniiais ir majonezu (rupių miltų duona)	S He
Sumuštinis su kiaušiniiais ir majonezu (balta duona)	S He
Šokoladinis pyragaitis	S He
Vaisinis jogurtas	S ♥
Ledai	S
Vaisių kokteilis su natūraliomis sultimis	♥
Sūris ir sausainiai	♥

Pacientų papildomų parinkčių meniu

Ar matote tai, ko norite?

Toliau pateikiami valgiai paprastai siūlomi pacientams, kurie negali iš meniu išsirinkti pagrindinio patiekalo, kuris jiems patiktų.

Prašome parašyti savo pasirinkimą popierinėje meniu kortelėje. Nerašykite ant šios kopijos.

Dešrelių troškiny **He**

Žiediniai kopūstai su sūrio padažu **He S**

Makaronai su sūriu **He S (V)**

Pyragėlis su mėsos ir daržovių įdaru **He**

Kepta vištiena **♥**

Ant grotelių keptos Linkolnšyro dešrelės

Paprastas omletas **♥ S (V)**

Omletas su sūriu **He S (V)**

Jautienos, vištienos arba érienos maltinukas **♥ S**

Įvairios salotos **♥**

Įvairūs sumuštiniai **♥**
(gali būti su rupių miltų arba balta duona)

Vegetariškas ir veganiškas papildomų parinkčių meniu



Daržovių troškiny su raudonaisiais pipirais ir virtais ryžiais

Veganiškas He



Makaronai su sūriu

He S



Lęšių troškiny

Veganiškas ♥



Bostono pupelės

Veganiškas ♥



Daržovių lazanija

He

Daržovių troškiny su virtais ryžiais

♥

Brokolių ir sūrio apkepas

S He

Bulvių, sūrio ir porų apkepas

S He

Daržovių tikka masala su ryžiais

Veganiškas He

Lęšių apkepas

Veganiškas He

Vegetariškos dešrelės

Veganiškas S

Daržovių pyragas

Veganiškas

Riešutų kotletas

Veganiškas

Ant grotelių keptos daržovės

S

Žiediniai kopūstai su sūrio padažu

S He

Halalinis meniu

Mūsų halaliniai patiekalai yra specialiai pagaminti ir patiekti mums jau paruošti. Visi valgiai ruošiami pagal iš Halalinio maisto tarnybos gautą licenciją.

(Jei norite konkretaus patiekalo, mes pasistengsime jį jums užsakyti, tačiau atkreipkite dėmesį, kad pristatymas gali užtrukti.)

Atkreipkite dėmesį, kad šis meniu siūlomas tik pacientams su tam tikrais kultūriniais poreikiais ir religiniais įsitikinimais.

Vištienos karis

Vištienos tikka

Aloo Saag

Vegetariškas moong pupelių karis

Keem su žirneliais

Ėrienos troškiny

Be to, visada siūloma įvairių vegetariškų patiekalų, apelsinų sulčių, salotų ir šviežių vaisių.

Košerinis meniu

Mūsų košeriniai patiekalai yra specialiai pagaminti ir patiekti mums jau paruošti pagal Lidso beth din (rabinų teismo) tarnybos licenciją.

Paprastai turima po vieną skirtingą patiekalą, kad pasirinkimas būtų kiek galima didesnis ir galėtumėte užsisakyti skirtingus patiekalus savaitei.

(Jei norite konkretaus patiekalo, mes pasistengsime jį jums užsakyti, tačiau atkreipkite dėmesį, kad pristatymas gali užtrukti.)

Atkreipkite dėmesį, kad šis meniu siūlomas tik pacientams su tam tikrais kultūriniais poreikiais ir religiniais įsitikinimais.

MĖSA

Kepta vištiena

Kaimiškas pyragas

Vištienos troškinys

Jautienos troškinys

Saldžiarūgštė vištiena

Spagečiai su Bolonijos padažu

Mėsos kukuliai

Jautienos guliašas

Troškintas žlėgtainis

VEGETARIŠKI PATIEKALAI

Vegetariškas troškinys

Toskatieniškas daržovių kotletas

Vegetariškas Bolonijos padažas

Avinžirnių ir daržovių troškinys

Meksikietiško burito tipo kotletas

Maisto be glitimo meniu

Prašome meniu kortelėje nurodyti, jei jums reikia maisto be glitimo, ir pasirinkti pagrindinį patiekalą iš valgių be glitimo sąrašo, pateikiamo toliau. Jei nesate tikri dėl mitybos, pasikonsultuokite su slaugytojais.

Paprašius galima gauti duonos sausainių ir krekerių be glitimo. Informacijos paprašykite palatos personalo.

Paprašius galima gauti padažo be glitimo. Prašome tai nurodyti meniu.

Riekelėmis pjaustyta jautiena	♥
Riekelėmis pjaustytas rūkytas kumpis	♥
Riekelėmis pjaustyta kalakutiena	♥S
Vištienos troškinys	He
Keptos vištienos porcija	♥
Jautienos troškinys	♥S
Ėrienos troškinys	♥ S He
Paprastas omletas	(V) ♥ S
Omletas su sūriu	S He
Jautienos, vištienos arba ėrienos maltinukas	♥ S
Įvairūs sumuštiniai ir duonos be glitimo	
Įvairios salotos	
Daržovių troškinys su raudonaisiais pipirais ir ryžiais	(V) He
Žiediniai kopūstai su sūrio padažu	(V) S He
Bostono pupelės	♥
Daržovių tikka su ryžiais	(V) He
Bulvių, sūrio ir porų apkepas	(V) S He

Informacija apie maitinimąsi minkštu maistu

Jei patiriate sunkumų kramtydami ar rydami maistą, galite pageidauti valgyti minkštesnius valgius. **Minkšti valgiai** yra pagaminti iš minkštų drėgnų produktų, kuriuos lengviau valgyti. Kai kurių maisto produktų reikia vengti, nes galite užspringti arba pradėti dusti.

Minkšti valgiai pagrindiniame meniu, pacientų ir vegetariškame papildmų parinkčių meniu yra mūsų dietologų specialiai atrinkti ir pažymėti simboliu „S“.

Vengtinas maistas

- **Mėsa ir paukštiena:** jei netroškinta ir nemalta.
- **Žuvis, apvoliota džiovėsiuose arba tešloje.**
- **Trapus maistas:** įskaitant sausainius, duonos pluteles, vaisių pyragus.
- **Traškus maistas:** įskaitant skrudintą duoną, tešlainius, traškučius.
- **Kietas maistas:** įskaitant virtus ir kramtomus saldinius bei irisus, riešutus, sėklas (taip pat grūdų duoną).
- **Odelės:** įskaitant dešrelių odeles, vaisių ir daržovių žieveles, pavyzdžiui, visų pupelių (taip pat keptų pupelių), žirnių (išskyrus žirnių košę), pomidorų, agurkų, vynuogių, obuolių, kriaušių.
- **Skaidulingas ir gyslotas maistas:** įskaitant šparagines pupeles, saldžiuosius kukurūzus, salierus, salotas ir ananasus.
- **Skirtingos konsistencijos valgiai:** skystis su maisto dalelėmis, pavyzdžiui, sriuba su gabaliukais ar maisto dalelėmis, grūdai, ne visiškai ištirpstantys piene (pvz., saldus grūdų, džiovintų vaisių, riešutų mišinys).

Daržovės

Jei nėra meniu tinkamų minkštų daržovių, galite paprašyti tinkamų alternatyvių daržovių užrašydami jas meniu kortelėje. **Atkreipkite dėmesį, kad daržovių mišinys NETINKA maitinantis minkštu valgiu.**

Sumuštiniai

Užsisakydami sumuštinčius įsitikinkite, kad įdaras minkštas, ir prašykite, kad juose nebūtų pomidorų ar agurkų.

Pirmosios stadijos meniu ir informacija

Atlikus rijimo įvertinimą, iš rezultatų gali būti matyti, jog jums reikia laikytis **1 stadijos** mitybos.

1 stadija reiškia, kad maistas turi būti **vienalytės** konsistencijos.

Valgydami tokį maistą galėsite suvalgyti pakankamai, ir sumažės rizika užspringti arba praryti maistą į plaučius dėl sunkumų kontroliuojant maistą, esantį burnoje ir gerklėje.

Jus reguliariai apžiūrės specialiai mokyti slaugytojai ir (arba) šnekos ir kalbos terapeutas, kad išsiaiškintų, ar jums reikia laikytis 1 stadijos mitybos.

1 stadijos meniu yra kitoks nei pagrindinis ligoninės meniu.

Prašome rinktis valgius **tik** iš 1 stadijos meniu.

KADANGI RIJIMO SUTRIKIMUS REIKIA ATIDŽIAI STEBĖTI, GIMINAIČIAI IR DRAUGAI TURĖTŲ PRIEŠ SIŪLYDAMI JUMS BET KOKĮ MAISTĄ AR GĖRIMĄ PASITARTI SU SLAUGYTOJAIS.

1 stadijos meniu

„Ready brek“ košė	(yra palatoje)
Sutirštinta vištienos sriuba iš miltelių	(yra palatoje)
Sutirštinta pomidorų sriuba iš miltelių	
1 stadijos bulvių piurė	(teikiama kasdien)
1 stadijos bulvių piurė su sūriu	(teikiama kasdien)

Saldumynai

Vientisas kreminis jogurtas	(teikiama kasdien)
Maltų ryžių pudingas	(teikiama kasdien)
Kremas	(kai siūloma meniu)
Putėsiai	(kai siūloma meniu)
Drebučiai	(kai siūloma meniu)

Tarp valgių, jei prirašyta, reikia vartoti maisto papildus.

Antrosios stadijos meniu ir informacija

Atlikus rijimo įvertinimą, iš rezultatų gali būti matyti, jog jums reikia laikytis **2 stadijos** mitybos.

2 stadija reiškia, kad maistas turi būti **drėgnas ir trintas**.

Valgydami tokį maistą galėsite suvalgyti pakankamai, ir sumažės rizika užspringti arba praryti maistą į plaučius dėl sunkumų kontroliuojant maistą, esantį burnoje ir gerklėje.

Jus reguliariai apžiūrės specialiai mokyti slaugytojai ir (arba) šnekos ir kalbos terapeutas, kad išsiaiškintų, ar jums reikia laikytis 2 stadijos mitybos.

2 stadijos meniu yra kitoks nei pagrindinis ligoninės meniu. Prašome rinktis valgius iš šio meniu, nors, jei norite, galite rinktis ir iš 1 stadijos meniu.

KADANGI RIJIMO SUTRIKIMUS REIKIA ATIDŽIAI STEBĖTI, GIMINAIČIAI IR DRAUGAI TURĖTŲ PRIEŠ SIŪLYDAMI JUMS BET KOKĮ MAISTĄ AR GĖRIMĄ PASITARTI SU SLAUGYTOJAIS.

2 stadijos meniu

„Ready brek“ košė (yra palatoje)
„Weetabix“ dribsniai (yra palatoje)
Sriuba iš miltelių (yra palatoje, jei reikia, sutirštinama)

Pagrindiniai patiekalai

Makaronai su sūriu, žiediniai kopūstai su sūriu, malta vištiena

Bulvių košė su tarkuotu sūriu, paprastas omletas

Omletas su sūriu, kiaušinis su majonezu

Sūdyta jautiena

Daržovės ir bulvės

Bulvių košė, trintos morkos

Trinti griežčiai, trinti žiediniai kopūstai

Trinti brokoliai

Karšti saldumynai

Ryžių pudingas, maltų ryžių pudingas, biskvitas ir saldus padažas

Šalti saldumynai

Vientisas kreminis jogurtas

Trintas bananas

Kremas, drebučiai arba putėsiai (kai siūloma meniu)

Mūsų tikslai

Mūsų maitinimo skyrius siekia tiekti maistingą ir subalansuotą aukštos kokybės maistą.

- Mūsų meniu sudaryti taip, kad lengvai rasite tinkamus ir norimus patiekalus.
- Galėsite pasirinkti maistą, kurį mėgstate, ir jis jums bus greitai patiektas draugiškai bei veiksmingai.
- Mes tieksime jums pusryčius, pietus bei vakarienę ir reguliariai siūlysime karštų ir šaltų gėrimų.
- Jūsų maistas bus jums patiektas kiek galima greičiau, kai tik bus įsitikinta skonio bei išvaizdos kokybe.
- Karšti valgiai bus patiekti karšti, o šalti valgiai – šalti.
- Palatos darbuotojai padės užsisakyti, pavalgyti ir patenkinti bet kokius kitus poreikius, kurių galite turėti maitinimo metu.
- Mūsų meniu tikrina kvalifikuoti dietologai. Valgiai yra maistingi ir subalansuoti.
- Mes siekiame tiekiamu maistu paskatinti sveikti.
- Jei jums reikia laikytis specialios dietos, tai nurodys jūsų gydytojas arba dietologas. Jei nesuprantate savo dietos, paprašykite susitikti su dietologu.
- Mūsų meniu siūlomas maistas, kuris buvo paruoštas gerbiant jūsų kultūrinius poreikius ir religinius įsitikinimus.
- Mes su palatos darbuotojais pasistengsime, kad mėgautumėtės savo maistu ramioje ir tylioje aplinkoje be trukdžių.
- Jei norite aptarti kokį nors maitinimo aspektą, paprašykite palatos personalo susisiekti su maitinimo skyriumi.