

Śniadanie

Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Kakao z cukrem na mleku 250 ml , Chleb baltonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr parzona 40 g (GLUTEN , SOJA, SELER), Jajko w majonezie 50g/25 1 szt (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Papryka świeża z natką 60 g , Polędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 40 g , Roszponka 10 g	Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb razowy graham 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr parzona 40 g (GLUTEN , SOJA, SELER), Jajko gotowane 1 szt (JAJA), Sos jogurtowy 30g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA), Papryka świeża z natką 60 g , Polędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 40 g , Roszponka 10 g

Obiad

Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Zupa pomidorowa z ryżem 450ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Roladki duszone z piersi z kurczaka z suszonymi pomidorami 220 g (GLUTEN, MLEKO, GORCZYCA), Surówka z k. pekińskiej z majonezem 120 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Brokuły gotowany z masłem 100 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml , Ciasto kolorowe 100 g (GLUTEN , JAJA),	Zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Roladki duszone z piersi z kurczaka z suszonymi pomidorami 220 g (GLUTEN , MLEKO , GORCZYCA), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120 g , Ziemniaki z koperkiem 120 g , Brokuły gotowany z masłem 100 g (MLEKO), Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml , Grejfrut 130 g