

Śniadanie

Dieta Podstawowa

Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (**GLUTEN**, **MLEKO**), Chleb baltonowski, chleb graham 130 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Pasta z jaj z natka pietruszki 70 g (**JAJA**, **GORCZYCA**), Ser żółty Gouda 40 g (**MLEKO**), Papryka świeża z natką 60 g, Sałata zielona z pomidorem i oliwkami 70 g, Herbata z cytryną 250 ml, Sok owocowo-warzywny 1 szt

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (**GLUTEN**, **MLEKO**), Chleb razowy graham 100 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Pasta z jaj z natka pietruszki 70 g (**JAJA**, **GORCZYCA**), Ser żółty Gouda 40 g (**MLEKO**), Papryka świeża z natką 60 g, Sałata zielona z pomidorem i oliwkami 70 g, Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Sok owocowo-warzywny 1 szt

Obiad

Dieta Podstawowa

Zupa pomidorowa z makaronem 450 ml (**GLUTEN**, **MLEKO**, **SELER**), Filet z dorsza z jarzynami pieczony 120 g (**GLUTEN**, **RYBY**, **SELER**, **GORCZYCA**), Surówka z kapusty kiszonej diet. 120 g, Brokuły gotowany z wody 100 g, Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Jabłko 150 g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Zupa pomidorowa z makaronem 450 ml (**GLUTEN**, **MLEKO**, **SELER**), Filet z dorsza z jarzynami pieczony 120 g (**GLUTEN**, **RYBY**, **SELER**, **GORCZYCA**), Surówka z kapusty kiszonej diet. 120g, Brokuły gotowany z wody 100g, Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml