

# Śniadanie

## Dieta Podstawowa



Kawa Inka na mleku 250 ml (**GLUTEN**), Chleb baltonowski, chleb graham 130 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (**SOJA**), Serek twarogowy śmietankowy 16g 2 szt (**MLEKO**), Sałata lodowa z pomidorem i natką 80 g (**JAJA**), Dżem porcjowy 1szt, Szynka kons.(blokowa wieprz. z k. mięsa parzona) 50 g (**GLUTEN**, **SOJA**, **MLEKO**), Kiwi 100g

## Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Kawa Inka na mleku b/c 250 ml (**GLUTEN**), Chleb razowy graham 100g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (**SOJA**), Twarożek (półtłusty) 60 g (**MLEKO**), Sałata lodowa z pomidorem i natką 80g (**JAJA**), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50 g (**GLUTEN**, **SOJA**, **MLEKO**), Kiwi 100 g

# Obiad

## Dieta Podstawowa



Zupa brokułowa z ziemniakami 450 g (**GLUTEN**, **MLEKO**, **SELER**), Schab pieczony z morelą w sosie własnym 120g/150ml 270 g (**GLUTEN**), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120 g, Sałata lodowa z s. ogrodowym 80 g, Kasza jęczmienna 200 g (**GLUTEN**), Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Sałatka owocowa z j. naturalnym 150 g (**MLEKO**),

## Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Zupa brokułowa z ziemniakami 450 g (**GLUTEN**, **MLEKO**, **SELER**), Schab pieczony z morelą w sosie własnym 120g/150ml 270 g (**GLUTEN**), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120 g, Sałata lodowa z s. ogrodowym 80 g, Kasza gryczana 150 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml