

Śniadanie

Dieta Podstawowa



Zupa mleczna z makaronem 300 ml (**GLUTEN**, **MLEKO**),
Chleb baltonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (**GLUTEN**),
Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Twarożek (półtłusty) z koperkiem 60 g (**MLEKO**),
szynka pieczona (szynka wp. parzona) 40 g (**SOJA**), Pomidor 80 g, Miód porcjowy 25 g,
Herbata z cytryną 250ml Kiwi 100 g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Chleb razowy graham 110 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**),
Twarożek (półtłusty) z koperkiem 60 g (**MLEKO**), Szynka pieczona (szynka wp. parzona) 40 g (**SOJA**),
Pomidor 80 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Kiwi 100 g

Obiad

Dieta Podstawowa



Zupa ogórkowa z ryżem 450 ml (**MLEKO**, **SELER**), Kotleć mielony wieprzowy - smażony 100 g (**GLUTEN**, **JAJA**),
Buraczki na gorąco 160 g (**GLUTEN**), Sałatka wiosenna diet 100 g (**JAJA**, **MLEKO**),
Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wielowocowy z cukrem 200 ml, Ciasto 70 g (**GLUTEN**, **JAJA**, **MLEKO**, **ORZECHY**),

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Zupa na s. ogórkowym z ryżem 450 ml (**MLEKO**, **SELER**), Klops mięsny pieczony wieprzowo-drobiowy 120 g (**GLUTEN**, **JAJA**),
Sałatka wiosenna diet 100 g (**JAJA**, **MLEKO**), Kalafior gotowany z masłem 120 g (**MLEKO**),
Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wielowocowy bez cukru 200 ml, Mandarynka 150 g