

# Śniadanie

## Dieta Podstawowa



Kawa Inka na mleku 250 ml (**GLUTEN**), Chleb baltonowski, chleb razowy, bułka kajzerka 120 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (**SOJA**), Pasta z s. topionego i szynki wieprz. 60 g (**SOJA, MLEKO, SELER**), Szynka got. extra (wieprz. parzona z k. mięsa) 40 g (**SOJA, SELER**), Ogórek kiszony 60 g, Celestynka 1 szt

## Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Kawa Inka na mleku b/c 250 ml (**GLUTEN**), Chleb razowy graham 110g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (**SOJA**), Szynka got.extra (wieprz. parzona z k. mięsa) 40 g (**SOJA, SELER**), Pasta z twarogu (półtł) i szynki wieprz. 60 g (**SOJA, MLEKO, SELER**), Ogórek kiszony 60 g

# Obiad

## Dieta Podstawowa



Zupa grochowa z ziemniakami 450 ml (**GLUTEN, SELER**), Gyros po polsku pieczony z szynki wieprz. 100g/100ml 200g (**GLUTEN, GORCZYCA**), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120g, Brukselka gotowana z masłem 120 g (**MLEKO**), Kasza jęczmienna 200 g (**GLUTEN**), Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Pomarańcza 1 szt

## Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Zupa julianka z ziemniakami 450 ml (**GLUTEN, MLEKO, SELER**), Gyros po polsku pieczony z szynki wieprz. 100g/100ml 200 g (**GLUTEN, GORCZYCA**), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120g, Brukselka gotowana z masłem 120g (**MLEKO**), Kasza gryczana 150 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml, Pomarańcza 1 szt, Jogurt naturalny 1 szt