

Śniadanie

Dieta Podstawowa

Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (**GLUTEN , MLEKO**),
Chleb baltonowski, chleb graham, chleb pszenny 120g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (**GLUTEN , SOJA, SELER**), Jajko gotowane 1 szt (**JAJA**), Sałata mix 10g, Ser mozzarella 50g, Chałka 50 g (**GLUTEN , JAJA, MLEKO , ORZECY**), Papryka świeża 60 g , Herbata z cytryną 250 ml, Pomidor z kielkami 60 g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb graham 100 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (**GLUTEN , SOJA, SELER**), Jajko gotowane 1 szt (**JAJA**), Papryka świeża 60 g , Ser mozzarella 50 g , Sałata mix 10 g , Pomidor z kielkami 60 g

Obiad

Dieta Podstawowa

Zupa z serków topionych z makaronem 450 ml (**GLUTEN , MLEKO , SELER**), Stek z filetem z kurczaka pieczony 110 g (**GLUTEN , JAJA, GORCZYCA**), Ćwikła z jabłkiem 120 g , Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml , Mandarynka 150 g , Brokuły gotowany z wody 100 g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Zupa z serków topionych z makaronem 450 ml (**GLUTEN , MLEKO , SELER**), Stek z filetem z kurczaka pieczony 110 g (**GLUTEN , JAJA, GORCZYCA**), Fasolka szparagowa z wody 150 g , Ziemniaki z koperkiem 120 g , Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml , Mandarynka 150g, Brokuły gotowany z wody 100 g