

Śniadanie

Dieta Podstawowa

Kielbasa szynkowa wieprzowa(gruborozdr,wędz) 40 g (**GLUTEN**, **SOJA**), Chleb baltonowski, chleb graham 130 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Szynka z liściem(wędzonka wieprz. wędz. parzona) 50 g (**SOJA**), Jajko gotowane 1 szt (**JAJA**), Ogórek świeży ze szczypiorkiem 50 g, Herbata z cytryną 250 ml, Sos jogurtowy 30 g (**JAJA**, **MLEKO**, **GORCZYCA**), Ser mozzarella 50g, Rukola 10 g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Chleb graham 100 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Szynka z liściem(wędzonka wieprz. wędz. parzona) 50 g (**SOJA**), Ser mozzarella 50 g, Jajko gotowane 1 szt (**JAJA**), Ogórek świeży 60 g, Sos jogurtowy 30 g (**JAJA**, **MLEKO**, **GORCZYCA**), Rukola 10 g

Obiad

Dieta Podstawowa

Zupa rumfordzka 450 ml (**SELER**), Filet z łososia pieczony na maśle 120 g (**GLUTEN**, **RYBY**, **MLEKO**, **GORCZYCA**), Surówka z kapusty kiszonej diet. 120 g, Brokuły gotowany z masłem 100 g (**MLEKO**), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Ciasto 70g (**GLUTEN**, **JAJA**, **MLEKO**, **ORZECHY**),

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Zupa ryżowa 450 ml (**SELER**), Filet z łososia pieczony na maśle 120 g (**GLUTEN**, **RYBY**, **MLEKO**, **GORCZYCA**), Surówka z kapusty kiszonej 120 g, Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml, Brokuły gotowany z masłem 100 g (**MLEKO**),