

Śniadanie

Dieta Podstawowa

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (**GLUTEN , MLEKO**),
Chleb baltonowski, chleb graham, chleb pszenny 120g
(**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Szyńka
kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (**GLUTEN ,
SOJA, MLEKO**), Twarożek z ziołami prowansalskimi 60 g
(**MLEKO**), Sałatka z marchewki , jaj i cebulki 80 g (**JAJA,
MLEKO, GORCZYCA**), Herbata z cukrem 250ml, Sałata mix
10g, Szyńka pieczona (szyńka wp. wędz.parzona) 50 g (**SOJA**),

Herbata bez cukru 250 ml , Chleb graham 100 g
(**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**),
Szyńka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa
parzona) 40 g (**GLUTEN , SOJA, MLEKO**),
Twarożek z ziołami prowansalskimi 60 g
(**MLEKO**), Ogórek kiszony 60 g , Sałata mix 10g
Szyńka pieczona (szyńka wp. wędz.parzona)
50 g (**SOJA**), Grejfrut 130 g

Obiad

Dieta Podstawowa

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (**GLUTEN ,
MLEKO , SELER**), Udko z kurczaka pieczone 150
g (**GORCZYCA**), Fasolka szparagowa z masłem
150 g (**MLEKO**), Kasza bulgur na sypko 200 g
(**MLEKO**), Jabłko 150 g , Surówka z k. włoskiej i
marchwi 120 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml

Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (**GLUTEN ,
MLEKO , SELER**), Udko z kurczaka gotowane 1 szt
, Fasolka szparagowa z wody 150 g , Kasza bulgur
na sypko 150 g (**MLEKO**), Kompot wieloowocowy
bez cukru 200 ml , Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g