

Śniadanie

Dieta Podstawowa



Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (**GLUTEN, MLEKO**),
Chleb baltonowski, chleb graham, bułka kajzerka 120 g (**GLUTEN**),
Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**),
Pyszka schabowa (schab wieprz. wędz. parzony) 40 g,
Twarożek (półtłusty) z z. pietruszką 60 g (**MLEKO**),
Rzodkiew biała z jabłkiem 80 g (**MLEKO**),
Herbata z cytryną 250 ml,
Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 60 g,
Mandarynka 150 g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Herbata z cytryną bez cukru 250 ml,
Chleb graham 100 g (**GLUTEN**),
Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**),
Pyszka schabowa (schab wieprz. wędz. parzony) 40 g,
Twarożek (półtłusty) z z. pietruszką 60 g (**MLEKO**),
Rzodkiew biała z jabłkiem 80 g (**MLEKO**),
Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 60 g,
Mandarynka 150 g

Obiad

Dieta Podstawowa



Zupa gospodarska 450 ml (**GLUTEN, SELER**),
Spaghetti z sosem bolońskim 350 g (**GLUTEN**),
Surówka z warzyw mieszanych 120 g (**SELER**),
Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml,
Drożdżówka 1 szt (**GLUTEN, JAJA**),

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Zupa solferino z ziemniakami diet. 450 ml (**GLUTEN, SELER**),
Makaron razowy z s. mięsno-pomidorowym 150g/150g 300 g (**GLUTEN**),
Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml,
Surówka z warzyw mieszanych 120 g (**SELER**),
Jabłko 150 g