

# Śniadanie

## Dieta Podstawowa

Kakao z cukrem na mleku 250 ml , Chleb baltonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40g (**GLUTEN ,SOJA,SELER**), Jajko w majonezie 50g/25 1 szt (**JAJA, MLEKO , GORCZYCA**), Papryka świeża 60 g , Polędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 40 g , Roszponka 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**), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (**GLUTEN , SOJA, SELER**), Jajko gotowane 1 szt (**JAJA**), Sos jogurtowy 30 g (**JAJA, MLEKO , GORCZYCA**), Papryka świeża 60 g , Polędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 40 g , Roszponka 10 g

# Obiad

## Dieta Podstawowa

Zupa pomidorowa z ryżem 450ml (**GLUTEN , MLEKO, SELER**), Roladki duszone z piersi z kurczaka z suszonymi pomidorami 220 g (**GLUTEN , MLEKO , GORCZYCA**), Surówka z k. pekińskiej z majonezem 120 g (**JAJA, MLEKO , GORCZYCA**), Brokuły gotowany z masłem 100 g (**MLEKO**), Ziemniaki z koperkiem 250g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml , Ciasto kolorowe 100 g (**GLUTEN , JAJA**)

## Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (**GLUTEN , MLEKO , SELER**), Roladki duszone z piersi z kurczaka z suszonymi pomidorami 220 g (**GLUTEN, MLEKO , GORCZYCA**), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120 g , Ziemniaki z koperkiem 120 g , Brokuły gotowany z masłem 100 g (**MLEKO**), Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml