

# Śniadanie

## Dieta Podstawowa

Zupa mleczna z makaronem 300 ml (**GLUTEN**, **MLEKO**), Chleb baltonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Twarożek (półtłusty) z koperkiem 60 g (**MLEKO**), Szyńka pieczona (szyńka wp. wędz.parzona) 40 g (**SOJA**) Pomidor , rzodkiewka , ogórek na sałacie zielonej 40/30/30 100 g , Miód porcjowy 25 g , Herbata z cytryną 250 ml , Kiwi 100 g

## Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Chleb graham 110 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Twarożek (półtłusty) z koperkiem 60 g (**MLEKO**), Szyńka pieczona (szyńka wp. wędz.parzona) 40 g (**SOJA**), Pomidor, rzodkiewka, ogórek na sałacie zielonej 40/30/30 100 g , Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Kiwi 100 g

# Obiad

## Dieta Podstawowa

Zupa ogórkowa z ryżem 450 ml (**MLEKO**, **SELER**), Kotlet mielony wieprzowy-smażony 100 g (**GLUTEN**, **JAJA**), Buraczki na gorąco 160 g (**GLUTEN**), Sałatka wiosenna diet 100 g (**JAJA**, **MLEKO**), Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml , Ciasto 70 g (**GLUTEN**, **JAJA**, **MLEKO**, **ORZECHY**),

## Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Zupa na s.ogórkowym z ryżem 450 ml (**MLEKO**, **SELER**), Klops mięsny pieczony wieprzowo-drobiowy 120 g (**GLUTEN**, **JAJA**), Sałatka wiosenna diet 100 g (**JAJA**, **MLEKO**), Kalafior gotowany z masłem 120 g (**MLEKO**), Ziemniaki z koperkiem 120 g , Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml , Mandarynka 150g