

Śniadanie

Dieta Podstawowa



Kawa Inka na mleku 250 ml (**GLUTEN**), Chleb baltonowski, chleb razowy, bułka kajzerka 120g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15g (**MLEKO**), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40g (**SOJA**), Pasta z s.topionego i szynki wieprz. 60g (**SOJA, MLEKO SELER**), Szynka got.extra (wieprz. parzona z k. mięsa) 40g (**SOJA, SELER**), Pomidor na sałacie zielonej z natka pietruszki 70g, Celestynka 1 szt

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Kawa Inka na mleku b/c 250 ml (**GLUTEN**), Chleb graham 110g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15g (**MLEKO**), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40g (**SOJA**), Szynka got.extra (wieprz. parzona z k. mięsa) 40g (**SOJA, SELER**), Pasta z twarogu (póttł) i szynki wieprz. 60g (**SOJA, MLEKO, SELER**), Pomidor na sałacie zielonej z natka pietruszki 70g

Obiad

Dieta Podstawowa



Zupa grochowa z ziemniakami 450 ml (**GLUTEN, SELER**), Gyros po polsku pieczony z szynki wieprz. 100g/100ml 200g (**GLUTEN, GORCZYCA**), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120g, Brukselka gotowana z masłem 120g (**MLEKO**), Kasza jęczmienna 200g (**GLUTEN**), Kompot wielowocowy z cukrem 200ml, Pomarańcza 150g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Zupa julianka z ziemniakami 450 ml (**GLUTEN, MLEKO, SELER**), Gyros po polsku pieczony z szynki wieprz. 100g/100ml 200g (**GLUTEN, GORCZYCA**), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120g, Brukselka gotowana z masłem 120g (**MLEKO**), Kasza gryczana 150g, Kompot wielowocowy bez cukru 200ml, Pomarańcza 150g, Jogurt naturalny 1 szt