

Śniadanie

Dieta Podstawowa



Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (**GLUTEN, MLEKO**), Chleb baltonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Kiełbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (**GLUTEN, SOJA, SELER**), Jajko gotowane 1 szt (**JAJA**), Sałata mix 30g, Ser mozzarella 50g, Chałka 50g (**GLUTEN, JAJA, MLEKO, ORZECHY**), Papryka świeża 60 g, Herbata z cytryną 250ml, Pomidor z kiełkami 60 g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Chleb graham 100 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Kiełbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (**GLUTEN, SOJA, SELER**), Jajko gotowane 1 szt (**JAJA**), Papryka świeża 60 g, Ser mozzarella 50 g, Sałata mix 30 g, Pomidor z kiełkami 60 g

Obiad

Dieta Podstawowa



Zupa z serków topionych z makaronem 450 ml (**GLUTEN, MLEKO, SELER**), Stek z filetem z kurczaka pieczony 110 g (**GLUTEN, JAJA, GORCZYCA**), Ćwikła z jabłkiem 120 g, Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Mandarynka 150 g, Brokuły gotowany z wody 100 g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Zupa z serków topionych z makaronem 450 ml (**GLUTEN, MLEKO, SELER**), Stek z filetem z kurczaka pieczony 110 g (**GLUTEN, JAJA, GORCZYCA**), Fasolka szparagowa z wody 150 g, Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml, Mandarynka 150 g, Brokuły gotowany z wody 100 g