

# Śniadanie

## Dieta Podstawowa



Kawa Inka na mleku 250 ml (**GLUTEN**), Chleb baltonowski, chleb graham, bułka kajzerka 120 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (**SOJA**), Serek topiony 2 szt (**JAJA, MLEKO**), Sałata lodowa z pomidorem i natką 80 g (**JAJA**), Dżem porcjowy 1 szt, Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50 g (**GLUTEN, SOJA, MLEKO**), Kiwi 100 g

## Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Kawa Inka na mleku b/c 250 ml (**GLUTEN**), Chleb graham 100 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (**SOJA**), Twarożek (półtłusty) 60 g (**MLEKO**), Sałata lodowa z pomidorem i natką 80 g (**JAJA**), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50 g (**GLUTEN, SOJA, MLEKO**), Kiwi 100 g

# Obiad

## Dieta Podstawowa



Zupa brokułowa z ziemniakami 450 g (**GLUTEN, MLEKO, SELER**), Sztuka mięsa gotowana w sosie chrzanowym 100g/150ml 250 g (**GLUTEN, MLEKO, SIARCZANY**), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120 g, Sałata lodowa z s.ogrodowym 80 g, Kasza jęczmienna 200 g (**GLUTEN**), Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Sałatka owocowa z j. natralnym 150 g (**MLEKO**),

## Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Zupa brokułowa z ziemniakami 450 g (**GLUTEN, MLEKO, SELER**), Sztuka mięsa w sosie własnym 100g /150ml 250 g (**GLUTEN**), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120 g, Kasza gryczana 150 g, Sałata lodowa z s.ogrodowym 80 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml, Sałatka owocowa z j. natralnym 150 g (**MLEKO**),