

Śniadanie

Dieta Podstawowa

Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (**GLUTEN, MLEKO**),
Chleb baltonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g
(**GLUTEN**), Masło porcjowe 15g (**MLEKO**), Szyńka
kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (**GLUTEN, SOJA, MLEKO**),
Twarożek z ziołami prowansalskimi 60 g (**MLEKO**), Sałatka z marchewki, jaj i cebulki 80 g (**JAJA, MLEKO, GORCZYCA**),
Herbata z cukrem 250 ml,
Sałata mix 10 g, Szyńka pieczona (szyńka wp. wędz.parzona) 50 g (**SOJA**),

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Herbata bez cukru 250 ml, Chleb graham 100 g (**GLUTEN**),
Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Szyńka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (**GLUTEN, SOJA, MLEKO**),
Twarożek z ziołami prowansalskimi 60 g (**MLEKO**),
Ogórek kiszony 60 g, Sałata mix 10g, Szyńka pieczona (szyńka wp. wędz.parzona) 50 g (**SOJA**), Grejpfrut 130 g

Obiad

Dieta Podstawowa

Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (**GLUTEN, MLEKO, SELER**),
Udko z kurczaka pieczone 1 szt (**GORCZYCA**), Fasolka szparagowa z masłem 150g (**MLEKO**),
Kasza bulgur na sypko 200 g (**MLEKO**), Jabłko 150 g,
Surówka z k. włoskiej i marchwi 120g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (**GLUTEN, MLEKO, SELER**),
Udko z kurczaka gotowane 1 szt, Fasolka szparagowa z wody 150 g,
Kasza bulgur na sypko 150 g (**MLEKO**), Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml,
Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g