

Śniadanie

Dieta Podstawowa



Zupa mleczna z makaronem 300 ml (**GLUTEN , MLEKO**), Chleb baltonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15g (**MLEKO**), Twarożek (półtłusty) z koperkiem 60 g (**MLEKO**), Szyńka O. Grzegorza (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**), Buraczkę na gorąco 160 g (**GLUTEN**), Sałata zielona z jogurtem naturalnym 80 g (**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**), Sałata zielona z jogurtem naturalnym 80 g (**MLEKO**), Kalafior gotowany z masłem 120 g (**MLEKO**), Ziemniaki z koperkiem 120 g , Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml , Mandarynka 150g