

# Śniadanie

| Dieta Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml (<b>MLEKO</b>), Chleb baltonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (<b>GLUTEN</b>), Masło porcjowe 15 g (<b>MLEKO</b>), Szynka got. Z kurczaka (drob. parzona) 40g (<b>JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA, SEZAM</b>), Ser żółty Gouda 40 g (<b>MLEKO</b>), Szynka pieczona (szynka wp. parzona) 40 g (<b>SOJA</b>), Pasta z ciecierzycy 60 g, Ogórek świeży z zieloną cebulką 60g, Herbata z cytryną 250 ml</p> | <p>Chleb graham, bułka z ziarnami 100 g (<b>GLUTEN, SOJA</b>), Masło porcjowe 15 g (<b>MLEKO</b>), Szynka got. z kurczaka (drob. parzona) 40 g (<b>JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA, SEZAM</b>), Ser żółty Gouda 40 g (<b>MLEKO</b>), Szynka pieczona (szynka wp.parzona) 40 g (<b>SOJA</b>), Ogórek świeży z zieloną cebulką 60 g, Pasta z ciecierzycy 60 g, Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> |

# Obiad

| Dieta Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 450 ml (<b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b>), Gulasz z łopatki wieprzowej duszony 100g/100ml 200 g (<b>GLUTEN, SELER</b>), Surówka z k. pekińskiej z majonezem 120g (<b>JAJA, MLEKO, GORCZYCA</b>), Sałata zielona z olejem 80 g, Ryż na sypko 200 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Banan 150 g</p> | <p>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 450 ml (<b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b>), Gulasz z łopatki wieprzowej duszony 100g/100ml 200 g (<b>GLUTEN, SELER</b>), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120 g, Sałata zielona z olejem 80 g, Ryż brazowy na sypko 150 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml, Sok pomidorowy 1 szt</p> |