

Śniadanie

Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (GLUTEN, MLEKO), Chleb baltonowski, chleb graham, chleb pszenny 120g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 40 g (SOJA), Twarożek z ziołami prowansalskimi 60 g (MLEKO), Ogórek świeży 60 g, Herbata z cukrem 250 ml, Sałata mix 10 g, Szynka pieczona (szynka wp. parzona) 50 g (SOJA),	Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Chleb razowy graham 100g (GLUTEN), Masło porcjowe 15g (MLEKO), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 40 g (SOJA), Twarożek z ziołami prowansalskimi 60 g (MLEKO), Ogórek świeży 60 g, Sałata mix 10 g, Szynka pieczona (szynka wp. parzona) 50 g (SOJA), Grejpfrut 130 g

Obiad

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