

Śniadanie

Dieta Podstawowa

Zupa mleczna z makaronem razowym 300 ml (**GLUTEN**, **MLEKO**), Chleb baltonowski, chleb razowy, chleb pszenny 120 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 40 g (**SOJA**), Twarożek z ziołami prowansalskimi 60 g (**MLEKO**), Ogórek kiszony 60 g, Herbata z cukrem 250 ml, Sałata mix 10 g, Szynka pieczona (szynka wp. parzona) 50 g (**SOJA**),

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Chleb razowy 100 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 40 g (**SOJA**), Twarożek z ziołami prowansalskimi 60 g (**MLEKO**), Pomidorki koktajlowe 60 g, Sałata mix 10 g, Szynka pieczona (szynka wp. parzona) 50 g (**SOJA**), Kiwi 100 g

Obiad

Dieta Podstawowa

Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (**GLUTEN**, **MLEKO**, **SELER**), Udko z kurczaka pieczone 250 g (**GORCZYCA**), Fasolka szparagowa z masłem 150 g (**MLEKO**), Kasza bulgur na sypko 200 g (**MLEKO**), Kiwi 100 g, Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (**GLUTEN**, **MLEKO**, **SELER**), Udko z kurczaka gotowane 250 g, Fasolka szparagowa z wody 150 g, Kasza bulgur na sypko 150 g (**MLEKO**), Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml, Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g, Sok pomidorowy 330 ml 1 szt