

Śniadanie

Dieta Podstawowa

Zupa mleczna z makaronem razowym 300 ml (**GLUTEN**, **MLEKO**), Chleb baltonowski, chleb razowy, chleb pszenny 100 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 40 g (**SOJA**), Szynka pieczona (szynka wp.parzona) 40 g (**SOJA**), Twarożek z ziołami prowansalskimi 60 g (**MLEKO**), Ogórek świeży 60 g, Herbata z cukrem 250 ml

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**), Bukiet warzyw gotowany 80 g, Szynka pieczona (szynka wp.parzona) 50 g

Obiad

Dieta Podstawowa

Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (**GLUTEN**, **MLEKO**, **SELER**), Udko z kurczaka pieczone 250 g (**GORCZYCA**), Kasza bulgur na sypko 200 g (**MLEKO**), Surówka z k. włoskiej i marchwi 100 g, Fasolka szparagowa z masłem 100 g (**MLEKO**), Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml, Arbuz 160 g

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 100 g, Surówka z k. włoskiej i marchwi 100 g, Kasza bulgur na sypko 150 g (**MLEKO**), Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml, Sok pomidorowy 330 ml 1 szt