

Śniadanie

Dieta Podstawowa



Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (**GLUTEN**, **MLEKO**), Chleb baltonowski, chleb razowy, chleb pszenny 130 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz. parzony) 40 g, Twarożek (półtłusty) z z. pietruszką 60 g (**MLEKO**), Rzodkiew biała z jabłkiem 80 g (**MLEKO**), Dżem porcjowy 1 szt, Herbata z cytryną 250ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Chleb razowy graham 100 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Pyzdra schabowa (schab wieprz. wędz. parzony) 40g, Twarożek (półtłusty) z z. pietruszką 60g (**MLEKO**), Rzodkiew biała z jabłkiem 80 g (**MLEKO**), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml

Obiad

Dieta Podstawowa



Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml (**GLUTEN**, **MLEKO**, **SELER**), Spaghetti z sosem bolońskim 350 g (**GLUTEN**), Sałatka grecka 120 g (**MLEKO**), Chałka 50 g (**GLUTEN**, **JAJA**, **MLEKO**, **ORZECHY**), Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Zupa jarzynowa diet. 450 ml (**GLUTEN**, **MLEKO**), Makaron razowy z s. mięsno-pomidorowym 150g/150g 300 g (**GLUTEN**), Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml, Sałatka grecka 120 g (**MLEKO**), Sok pomidorowy 330 ml 1 szt, Grejfrut 130 g