

Śniadanie

Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Kakao z cukrem na mleku 250 ml (MLEKO), Chleb baltonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), ser żółty Gouda 40 g (MLEKO), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Sałatka z brokuła, marchwi diet. 80 g (JAJA), Pomidor z kielkami 60g, Sałata mix 20g, Ciasto wiśniowiec 100g (GLUTEN, JAJA, MLEKO, ORZECY)	Kakao b/cukru 250 ml (MLEKO), Chleb razowy 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Twarożek (półtłusty) 40 g (MLEKO), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Sałatka z brokuła, marchwi diet. 80 g (JAJA), Pomidor z kielkami 60g, Sałata mix 20 g , Pomarańcza 150 g

Obiad

Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Zupa pomidorowa z makaronem 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Schab pieczony w s. pieczeniowym 100g/150ml 250 g (GLUTEN), Surówka z kapusty białej z majonezem 100 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Surówka z marchwi i jabłka 80 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml , Sernik 100 g (GLUTEN , JAJA, MLEKO),	Zupa pomidorowa z makaronem diet. 450ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Schab pieczony w s. pieczeniowym 100g/150ml 250 g (GLUTEN), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 100 g , Surówka z marchwi i jabłka 80g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 120 g , Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml , Sernik 100 g (GLUTEN , JAJA, MLEKO),