

Śniadanie

Dieta Podstawowa



Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (**GLUTEN, MLEKO**)
 Chleb baltonowski, chleb razowy, bułka kajzerka 120 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), ser żółty Gouda 40 g (**MLEKO**), Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g, Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 50 g (**GLUTEN, SOJA, SELER**), Sałatka z brokuła, jajka i pomidora 80 g (**JAJA, MLEKO, GORCZYCA**), Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 80g, Herbata z cytryną 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Chleb razowy 100 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), ser żółty Gouda 40 g (**MLEKO**), Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40g, Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 50 g (**GLUTEN, SOJA, SELER**), Sałatka z brokuła, jajka i pomidora diet. 80 g (**JAJA, MLEKO**), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 80 g

Obiad

Dieta Podstawowa



Zupa fasolowa z makaronem 450 g (**GLUTEN, SELER**), Pierś z indyka pieczona w glazurze miodowej 100 g (**GLUTEN, MLEKO, GORCZYCA**), Surówka z warzyw mieszanych 120 g (**SELER**), Kalafior gotowany z masłem 120 g (**MLEKO**), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wielowocowy z cukrem 250 ml, Cynamonka 1 szt

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Zupa koperkowa z makaronem diet 450 ml (**GLUTEN, MLEKO, SELER**), Pierś z indyka pieczona w glazurze miodowej 100g (**GLUTEN, MLEKO, GORCZYCA**), Surówka z warzyw mieszanych 120 g (**SELER**), Kalafior gotowany z masłem 120 g (**MLEKO**), Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wielowocowy bez cukru 250 ml, Grejpfrut 130 g