

Śniadanie

Dieta Podstawowa



Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb baltonowski, chleb razowy, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Kiełbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (GLUTEN , SOJA, SELER), Jajko gotowane 50 g (JAJA), Roszponka 10g , Ser mozzarella 50 g , Sałatka wiosenna 100 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Herbata z cytryną 250 ml , Pomidor z kielkami 60 g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb razowy 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Kiełbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (GLUTEN , SOJA, SELER), Jajko gotowane 50 g (JAJA), Sałatka wiosenna 100 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Ser mozzarella 50 g , Roszponka 10 g , Pomidor z kielkami 60 g

Obiad

Dieta Podstawowa



Zupa serowa z makaronem 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Stek z filetem z kurczaka pieczony 110 g (GLUTEN , JAJA, GORCZYCA), Ćwikła z jabłkiem 120 g , Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml , Banan 150 g , Brokuły gotowany z wody 100 g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Zupa serowa z makaronem 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Stek z filetem z kurczaka pieczony 110 g (GLUTEN , JAJA, GORCZYCA), Ćwikła z jabłkiem 120 g , Ziemniaki z koperkiem 120 g , Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml , Brokuły gotowany z wody 100 g , Grejpfrut 130 g