

Śniadanie

Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Kakao z cukrem na mleku 250ml (MLEKO), Chleb baltonowski, chleb razowy, chleb pszenny 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Kielbaski goleszowskie z wody gotowane (wieprz .drobnorozdr, wędzona, parzona) 80g (GLUTEN , SOJA), Ketchup 20 g (GORCZYCA), Szynka Przecławska (wędzonka wieprz, wędz, parz) 30 g , Twarożek (półtłusty) 60 g (MLEKO), Rukola z pomidorem i mandarynką i kielkami i oliwą 70 g , Celestynka 1 szt	Kakao b/cukru 250 ml (MLEKO), Chleb razowy 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Kielbaski goleszowskie z wody gotowane (wieprz. drobnorozdr, wędzona, parzona) 100 g (GLUTEN , SOJA), Ketchup 20 g (GORCZYCA), Szynka Przecławska (wędzonka wieprz, wędz, parz) 30 g , Twarożek (półtłusty) 60 g (MLEKO), Rukola z pomidorem i mandarynką i kielkami i oliwą 70 g , Celestynka 1 szt

Obiad

Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Zupa neapolitańska z makaronem 450 ml (GLUTEN , JAJA, MLEKO , SELER), Kotlet po parysku z fileta drobiowego smażony 110 g (GLUTEN , JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Surówka z cukini z marchewką 120 g (JAJA, GORCZYCA), Kalafior z wody 80 g , Ziemniaki młode z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml , Ciasto kolorowe 70 g (GLUTEN , JAJA),	Zupa neapolitańska z makaronem 450 ml (GLUTEN , JAJA, MLEKO , SELER), Pierś z kurczaka duszona w jarzynach 100g/20 110 g (GLUTEN , SELER , GORCZYCA), Surówka z cukini z marchewką diet. 120 g (MLEKO), Kalafior z wody 80 g , Ziemniaki młode z koperkiem 120 g , Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml Grejpfrut 130 g