

Śniadanie

Dieta Podstawowa



Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml (**MLEKO**), Chleb baltonowski, 7-ziaren, bułka alpejska 120 g (**GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SEZAM**), Cynamonka 1 szt, Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k. mięsa parzona) 50g (**GLUTEN, SOJA, MLEKO**), Ser mozzarella 50 g, Ogórek świeży ze szczypiorkiem 60 g, Herbata z cytryną 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Chleb razowy, graham 110 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Ser biały w plastrach 50 g (**MLEKO**), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k. mięsa parzona) 50 g (**GLUTEN, SOJA, MLEKO**), Ser mozzarella 50 g, Salata lodowa z pomidorem i oliwą 80 g, Herbata z cytryną bez cukru 250 ml

Obiad

Dieta Podstawowa



Zupa selerowa z makaronem z natką pietruszki 450 ml (**GLUTEN, MLEKO, SELER**), Filet z kurczaka pieczony z jarzynami 130 g (**GLUTEN, SELER, GORCZYCA**), Marchewka gotowana z groszkiem 120 g (**GLUTEN**), Surówka z kapusty kiszzonej i marchwi diet. 100 g, Ziemniaki młode z koperkiem 250 g, Kompot wielowocowy z cukrem 250 ml, Brzoskwinia 1 szt

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Zupa selerowa z makaronem z natką pietruszki 450 ml (**GLUTEN, MLEKO, SELER**), Filet z kurczaka pieczony z jarzynami 130 g (**GLUTEN, SELER, GORCZYCA**), Fasolka szparagowa z wody 100 g, Surówka z kapusty kiszzonej i marchwi diet. 120 g, Ziemniaki młode z koperkiem 250 g, Kompot wielowocowy bez cukru 250 ml, Sok pomidorowy 330 ml 1 szt, Wafle ryżowe 20 g