

# Śniadanie

## Dieta Podstawowa



Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml (**MLEKO**), Chleb baltonowski, 7-ziaren, bułka alpejska 120 g (**GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SEZAM**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k. mięsa parzona) 50 g (**GLUTEN, SOJA, MLEKO**), Ser mozzarella 50 g, Sałata lodowa z pomidorem i oliwą 80 g, Herbata z cytryną 250 ml

## Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Chleb razowy 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, Sałata lodowa z pomidorem i oliwą 80 g, Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Celestynka 1 szt

# 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 100 g (**GLUTEN**), Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 100 g (**MLEKO**), Ziemniaki młode z koperkiem 250 g, Kompot wielowocowy z cukrem 250 ml, Cynamonka 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**), Surówka z kapusty kiszzonej i marchwi diet. 100 g, Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 100 g (**MLEKO**), Ziemniaki młode z koperkiem 250 g, Kompot wielowocowy bez cukru 250 ml, Jabłko 150 g