

Śniadanie

Dieta Podstawowa



Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (**GLUTEN**, **MLEKO**),
Chleb baltonowski, chleb razowy, bułka kajzerka 120 g (**GLUTEN**),
Masło 15 g (**MLEKO**), Pyzdra schabowa (schab wieprz. wędz. parzony) 40 g, Twarożek (półtłusty) z pietruszką 60 g (**MLEKO**),
Rzodkiew biała z jabłkiem 80 g (**MLEKO**), Dżem porcjowy 1 szt, Herbata z cytryną 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Chleb razowy 100 g (**GLUTEN**),
Masło 15 g (**MLEKO**), Pyzdra schabowa (schab wieprz. wędz. parzony) 40 g, Twarożek (półtłusty) z Z pietruszką 60 g (**MLEKO**),
Rzodkiew biała z jabłkiem 80 g (**MLEKO**),

Obiad

Dieta Podstawowa



Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml (**GLUTEN**, **MLEKO**, **SELER**), Spaghetti z sosem bolońskim 350 g (**GLUTEN**),
Sałatka grecka 120 g (**MLEKO**), Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Zupa jarzynowa diet. 450 ml (**GLUTEN**, **MLEKO**), Makaron razowy z s. mięsno-pomidorowym 150g/150g 300 g (**GLUTEN**),
Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml, Sałatka grecka 120 g (**MLEKO**), Sok owocowy 330 ml 1 szt