

Śniadanie

Dieta Podstawowa



Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml (**MLEKO**), Chleb baltonowski, chleb razowy, bułka kajzerka 120 g (**GLUTEN**), Ser żółty Edam 40 g (**MLEKO**), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k. mięsa parzona) 40 g (**GLUTEN , SOJA , MLEKO**), Ogórek kiszony 60 g , Połędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 40 g , Masło 15 g (**MLEKO**), Herbata z cytryną 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Chleb razowy, bułka z ziarnami 100 g (**GLUTEN , SOJA**), Masło 15 g (**MLEKO**), Ser żółty Edam 40 g (**MLEKO**), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k. mięsa parzona) 40 g (**GLUTEN , SOJA , MLEKO**), Ogórek kiszony 60 g , Połędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 40 g , Herbata z cytryną bez cukru 250 ml

Obiad

Dieta Podstawowa



Krupnik na jarzynach z ziemniakami 450 g (**GLUTEN , MLEKO , SELER**), Filet z indyka pieczony z jarzynami 130 g (**GLUTEN , SELER , GORCZYCA**), Surówka z selera marchwi i jabłek 100 g (**MLEKO , SELER**), Fasolka szparagowa z wody 100 g , Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wielowocowy z cukrem 250 ml , Gruszka 150 g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Krupnik na jarzynach z ziemniakami 450 g (**GLUTEN , MLEKO , SELER**), Filet z indyka pieczony z jarzynami 130 g (**GLUTEN , SELER , GORCZYCA**), Fasolka szparagowa z wody 100 g , Surówka z selera marchwi i jabłek 100 g (**MLEKO , SELER**), Ziemniaki z koperkiem 120 g , Kompot wielowocowy bez cukru 250 ml , Twarożek z kielkami 60 g (**MLEKO**), Wafle ryżowe 20 g