

Śniadanie

Dieta Podstawowa



Zupa mleczna z ryżem 300 ml (**MLEKO**), Chleb baltonowski, chleb razowy, bułka kajzerka 120 g (**GLUTEN**), Masło 15 g (**MLEKO**), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (**SOJA**), Pasta z s. topionego i szynki wieprz. 60g (**SOJA, MLEKO, SELER**), Ogórek kiszony 60 g, Celestynka 1 szt, Herbata z cytryną 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Zupa mleczna z ryżem 300ml (**MLEKO**), Chleb razowy 110 g (**GLUTEN**), Masło 15 g (**MLEKO**), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (**SOJA**), Pasta z twarogu (półtł) i szynki wieprz. 60 g (**SOJA, MLEKO, SELER**), Ogórek kiszony 60g, Herbata z cytryną bez cukru 250 ml

Obiad

Dieta Podstawowa



Zupa grochowa z ziemniakami 450 ml (**GLUTEN, SELER**), Gyros po polsku pieczony z szynki wieprz. 100g/100ml 200g (**GLUTEN, GORCZYCA**), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 100 g, Brukselka gotowana z masłem 100 g (**MLEKO**), Kasza jęczmienna 200 g (**GLUTEN**), Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml, Mandarynka 150 g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Zupa ziemniaczana 450 ml (**GLUTEN, SELER**), Gyros po polsku pieczony z szynki wieprz. 100g/100ml 200 g (**GLUTEN, GORCZYCA**), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 100 g, Brukselka gotowana z masłem 100 g (**MLEKO**), Kasza gryczana 150 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml, Mandarynka 150 g