

Śniadanie

Dieta Podstawowa



Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (**GLUTEN , MLEKO**),
Chleb baltonowski, chleb razowy, chleb pszenny 90g
(**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Kielbasa
krakowska (wieprz. gruborozdr. parzona 40 g (**GLUTEN ,**
SOJA, SELER), Jajko gotowane 50 g (**JAJA**), Ser mozzarella
50 g , Ogórek kiszony 60 g , Herbata z cytryną 250 ml , Chałka
50 g (**GLUTEN , JAJA, MLEKO , ORZECHY**),

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb razowy 100 g
(**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Kielbasa
krakowska (wieprz. gruborozdr. parzona 40 g (**GLUTEN ,**
SOJA, SELER), Jajko gotowane 50 g (**JAJA**), Ogórek
kiszony 60 g , Ser mozzarella 50 g

Obiad

Dieta Podstawowa



Zupa serowa z makaronem 450 ml (**GLUTEN , MLEKO ,**
SELER), Stek z filetem z kurczaka pieczony 110 g
(**GLUTEN , JAJA, GORCZYCA**), Ćwikła z jabłkiem 100 g ,
Bukiet warzyw z wody z s. jogurtowym 100 g (**MLEKO ,**
SELER), Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot
wielowocowy z cukrem 250 ml , Gruszka 150 g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Zupa serowa z makaronem 450 ml (**GLUTEN , MLEKO ,**
SELER), Stek z filetem z kurczaka pieczony 110 g
(**GLUTEN , JAJA, GORCZYCA**), Bukiet warzyw z wody z
s. jogurtowym 120 g (**MLEKO , SELER**), Brokuły gotowane
z wody 100 g , Ziemniaki z koperkiem 120 g , Kompot
wielowocowy bez cukru 250 ml , Grejpfrut 130 g