

# 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**), Pomidor 60 g, Polędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 40 g, Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Herbata z cytryną 250 ml

## Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



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

# Obiad

## Dieta Podstawowa



Krupnik na jarzynach z ziemniakami 450g (**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 450g (**GLUTEN, MLEKO, SELER**), Filet z indyka pieczony z jarzynami 130g (**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