

# Śniadanie

| Dieta Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Kakao z cukrem na mleku 250 ml , Chleb baltonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (<b>GLUTEN</b>), Masło porcjowe 15 g (<b>MLEKO</b>), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (<b>GLUTEN</b>, <b>SOJA</b>, <b>SELER</b>), Jajko w majonezie 50g/25 1 szt (<b>JAJA</b>, <b>MLEKO</b>, <b>GORCZYCA</b>), Papryka świeża z natką 60 g , Polędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 40 g , Roszponka 10 g</p> | <p>Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb razowy 100 g (<b>GLUTEN</b>), Masło porcjowe 15 g (<b>MLEKO</b>), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr parzona 40 g (<b>GLUTEN</b>, <b>SOJA</b>, <b>SELER</b>), Jajko gotowane 50 g (<b>JAJA</b>), Sos jogurtowy 30 g (<b>JAJA</b>, <b>MLEKO</b>, <b>GORCZYCA</b>), Papryka świeża z natką 60 g , Polędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 40 g , Roszponka 10 g</p> |

# Obiad

| Dieta Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Zupa pomidorowa z ryżem 450ml (<b>GLUTEN</b>, <b>MLEKO</b>, <b>SELER</b>), Roladki duszone z piersi z kurczaka z suszonymi pomidorami 220 g (<b>GLUTEN</b>, <b>MLEKO</b>, <b>GORCZYCA</b>), Surówka z k. pekińskiej z majonezem 120 g (<b>JAJA</b>, <b>MLEKO</b>, <b>GORCZYCA</b>), Brokuły gotowany z masłem 100 g (<b>MLEKO</b>), Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml , Wafel z kajmakiem 60 g (<b>GLUTEN</b>, <b>SOJA</b>, <b>MLEKO</b>),</p> | <p>Zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (<b>GLUTEN</b>, <b>MLEKO</b>, <b>SELER</b>), Roladki duszone z piersi z kurczaka z suszonymi pomidorami 220 g (<b>GLUTEN</b>, <b>MLEKO</b>, <b>GORCZYCA</b>), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120 g , Ziemniaki z koperkiem 120 g , Brokuły gotowany z masłem 100 g (<b>MLEKO</b>), Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml , Kiwi 100 g</p> |