

Śniadanie

Dieta Podstawowa



Kawa Inka na mleku 250 ml (**GLUTEN**), Chleb baltonowski, chleb graham, bułka kajzerka 120 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Ser biały w plastrach 50 g (**MLEKO**), Pasta z jaj z natką pietruszki 70 g (**JAJA, GORCZYCA**), Ser mozzarella 50 g, Pomidor na sałacie zielonej 70 g, Jogurt skyr 1 g, Celestynka 1 szt

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Kawa Inka na mleku b/c 250 ml (**GLUTEN**), Chleb razowy, bułka z ziarnami 100 g (**GLUTEN, SOJA**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Ser biały w plastrach 50 g (**MLEKO**), Ser mozzarella 50 g, Pasta z jaj z natką pietruszki 70 g (**JAJA, GORCZYCA**), Pomidor na sałacie zielonej 90 g

Obiad

Dieta Podstawowa



Zupa selerowa z makaronem z natką pietruszki 450 ml (**GLUTEN, MLEKO, SELER**), Pulpet pieczony, z tilapi w jarzynach 120 g (**GLUTEN, JAJA, RYBY, SELER, GORCZYCA**), Surówka z kapusty białej z majonezem 120 g (**JAJA, MLEKO, GORCZYCA**), Sałata zielona ze śmietaną 80 g (**MLEKO**), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Zupa selerowa z makaronem z natką pietruszki 450 ml (**GLUTEN, MLEKO, SELER**), Pulpet pieczony, z tilapi w jarzynach 120 g (**GLUTEN, JAJA, RYBY, SELER, GORCZYCA**), Surówka z kapusty białej z majonezem 120 g (**JAJA, MLEKO, GORCZYCA**), Sałata zielona ze śmietaną 80 g (**MLEKO**), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml, Jabłko 150 g