

Śniadanie

Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb baltonowski, chleb graham, chleb pszenny 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Ser biały(półtłusty) ze szczypiorkiem 80 g (MLEKO), Kielbasa szynkowa wieprzowa(gruborozdr,wędz) 40 g (GLUTEN , SOJA), Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz,parzony) 40g, Ogórek świeży z zieloną cebulką 60 g , Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb razowy graham 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Ser biały(półtłusty) ze szczypiorkiem 80 g (MLEKO), Kielbasa szynkowa wieprzowa (gruborozdr, wędz) 40 g (GLUTEN , SOJA), Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz, parzony) 50 g , Ogórek świeży z zieloną cebulką 60 g

Obiad

Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Krupnik na jarzynach z ziemniakami 450 g (GLUTEN , MLEKO , SELER), Bigos z mięsem wieprzowym 300 g (GLUTEN), Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml , Drożdżówka z serem 1 szt (GLUTEN , JAJA, MLEKO),	Krupnik na jarzynach z ziemniakami 450g (GLUTEN MLEKO, SELER), Roladki duszone z piersi z kurczaka z suszonymi pomidorami 220 g (GLUTEN , MLEKO , GORCZYCA), Ziemniaki z koperkiem 120 g , Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g , Sałata zielona z pomidorem i oliwkami 80 g , Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml , Jabłko 150 g , Chleb razowy,graham 110 g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 30g (SOJA),