

Śniadanie

Dieta Podstawowa



Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml (**MLEKO**), Chleb baltonowski, chleb razowy, chleb pszenny 90 g (**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, Pomidor 90 g, Herbata z cytryną 250 ml

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**), Pomidor 90 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, Sałata lodowa ze śmietaną 100 g (**MLEKO**), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wielowocowy z cukrem 250 ml, Chałka 50 g (**GLUTEN**, **JAJA**, **MLEKO**, **ORZECY**), 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**), Sałata zielona z jogurtem naturalnym 120 g (**MLEKO**), Brokuły gotowany z wody 100 g, Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wielowocowy bez cukru 250 ml, Grejpfrut 130 g