

Śniadanie

Dieta Podstawowa



Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (**GLUTEN , MLEKO**),
Chleb baltonowski, chleb razowy, bułka kajzerka 120 g
(**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Pyzdra
schabowa(schab wieprz. wędz, parzony) 40g, Twarożek
(półtłusty) z pietruszką 60 g (**MLEKO**), Rzodkiew biała z
jabłkiem 80 g (**MLEKO**), Dżem porcjowy 1 szt , Herbata z
cytryną 250ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb razowy 100 g
(**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Pyzdra
schabowa(schab wieprz. wędz , parzony)
40 g , Twarożek (półtłusty) z pietruszką 60 g
(**MLEKO**), Rzodkiew
biała z jabłkiem 80 g (**MLEKO**),

Obiad

Dieta Podstawowa



Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml
(**GLUTEN , MLEKO , SELER**), Spaghetti z
sosem bolońskim 350 g (**GLUTEN**),
Sałatka grecka 120 g (**MLEKO**), Kompot
wielooowocowy z cukrem 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Zupa jarzynowa diet. 450 ml (**GLUTEN , MLEKO**), Makaron razowy z
s. mięsno-pomidorowym 150g/150g 300 g
(**GLUTEN**), Kompot wielooowocowy bez
cukru 250 ml , Sałatka grecka 120 g
(**MLEKO**), Sok owocowy 330 ml 1 szt