

Śniadanie

Dieta Podstawowa



Kawa Inka na mleku 250 ml (**GLUTEN , MLEKO**), Chleb baltonowski, chleb razowy 130 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (**SOJA**), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50 g (**GLUTEN, SOJA, MLEKO**), Serek topiony 17g 2szt (**JAJA, MLEKO**), Sałata lodowa z pomidorem i natką 80 g (**JAJA**), Ciasto 70 g (**GLUTEN , JAJA, MLEKO , ORZECHY**),

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Kawa Inka na mleku b/c 250 ml (**GLUTEN , MLEKO**), Chleb razowy, graham 90 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (**SOJA**), Twarożek (półtłusty) 60 g (**MLEKO**), Sałata lodowa z pomidorem i natką 80 g (**JAJA**), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50 g (**GLUTEN , SOJA, MLEKO**)

Obiad

Dieta Podstawowa



Zupa brokułowa z ziemniakami 450 g (**GLUTEN , MLEKO , SELER**), Sztuka mięsa gotowana w sosie chrzanowym 100g/150ml 250 g (**GLUTEN , MLEKO , SIARCZANY**), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120 g , Sałata lodowa z s. ogrodowym 80 g , Kasza jęczmienna 200 g (**GLUTEN**), Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml , Sałatka owocowa z j. natrlnym 150 g (**MLEKO**),

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Zupa brokułowa z ziemniakami 450 g (**GLUTEN , MLEKO , SELER**), Sztuka mięsa w sosie własnym 100g/150ml 250g (**GLUTEN**), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120 g , Kasza gryczana 150 g , Sałata lodowa z s.ogrodowym 80 g , Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml , Jabłko 150 g , Maślanka 400 g (**MLEKO**),