

Śniadanie

Dieta Podstawowa



Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (**GLUTEN , 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 , Chałka 50 g (**GLUTEN , JAJA, MLEKO , ORZECHY**),

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 50g

Obiad

Dieta Podstawowa



Zupa serowa z makaronem 450 ml (**GLUTEN , MLEKO , SELER**), Stek z filete m z kurczaka pieczony 110 g (**GLUTEN , JAJA, GORCZYCA**), Ćwikła z jabłkiem 100 g , Sałata lodowa ze śmietaną 100 g (**MLEKO**), Ziemniaki młode z koperkiem 250 g , Kompot wielowocowy z cukrem 250 ml , Gruszka 150 g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Zupa serowa z makaronem 450 ml (**GLUTEN , MLEKO , SELER**), Stek z filete m z kurczaka pieczony 110 g (**GLUTEN , JAJA, GORCZYCA**), Sałata zielona z jogurtem naturalnym 120 g (**MLEKO**), Ziemniaki młode z koperkiem 120 g , Kompot wielowocowy bez cukru 250 ml , Brokuły gotowany z wody 100g, Grejfrut 130g