

Śniadanie

Dieta Podstawowa



Zupa mleczna z makaronem 300 ml (**GLUTEN , MLEKO**),
Chleb baltonowski, chleb razowy, chleb pszenny 120 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Twarożek (półtłusty) z koperkiem 60 g (**MLEKO**), Szynka pieczona (szynka wp. parzona) 40 g (**SOJA**), Pomidorki koktajlowe 60g
Miód porcjowy 25 g , Herbata z cytryną 250 ml ,
Mandarynka 150

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Chleb razowy 110 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Twarożek (półtłusty) z koperkiem 60 g (**MLEKO**), Szynka pieczona (szynka wp. parzona) 40 g (**SOJA**), Pomidorki koktajlowe 60g
Herbata z cytryną bez cukru 250 ml,
Mandarynka 150 g

Obiad

Dieta Podstawowa



Zupa ogórkowa z ryżem 450 ml (**MLEKO , SELER**), Kottlet mielony wieprzowy - smażony 100 g (**GLUTEN , JAJA**), Buraczki na gorąco 160 g (**GLUTEN**), Kalafior gotowany z masłem 120 g (**MLEKO**), Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml , Ciasto 70 g (**GLUTEN , JAJA, MLEKO , ORZECHY**),

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Zupa na s. ogórkowym z ryżem 450 ml (**MLEKO , SELER**), Klops mięsny pieczony wieprzowo-drobiowy 120 g (**GLUTEN , JAJA**), Kalafior gotowany z masłem 120 g (**MLEKO**), Ziemniaki z koperkiem 120 g , Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml , Mandarynka 150 g