

Śniadanie

Dieta Podstawowa



Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (**GLUTEN**, **MLEKO**),
Chleb baltonowski, 7-ziaren, bułka alpejska 120 g (**GLUTEN**,
JAJA, **ORZECHY**, **SEZAM**), Masło porcjowe 10 g
(**MLEKO**), Szynka z liściem (wędzonka wieprz. wędz. parzona)
50 g (**SOJA**), Twarożek z ziołami prowansalskimi 60g
(**MLEKO**), Polędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 30 g,
Pomidorki koktajlowe 60 g, Sałata mix 10 g,
Herbata z cytryną 250 ml, Miód porcjowy 25 g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Chleb razowy, bułka z
ziarnami 100 g (**GLUTEN**, **SOJA**), Masło porcjowe 15g
(**MLEKO**), Szynka z liściem (wędzonka wieprz. wędz.
parzona) 50 g (**SOJA**), Polędwica z pasieki (blokowa
drobiowa) 30 g, Twarożek z ziołami prowansalskimi 60g
(**MLEKO**), Pomidorki koktajlowe 60 g
Sałata mix 10 g

Obiad

Dieta Podstawowa



Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (**GLUTEN**, **MLEKO**,
SELER), Udko z kurczaka pieczone 250 g (**GORCZYCA**),
Surówka z marchwi i jabłka 120 g (**MLEKO**), Bukiet warzyw z
wody 80 g (**SELER**), Ryż na sypko 200 g, Kompot
wielowocowy z cukrem 200 ml, Ciasto
70 g (**GLUTEN**, **JAJA**, **MLEKO**,
ORZECHY),

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (**GLUTEN**,
MLEKO, **SELER**), Udko z kurczaka pieczone 250 g
(**GORCZYCA**), Surówka z marchwi i jabłka 120g (**MLEKO**)
Bukiet warzyw z wody 80 g (**SELER**), Ryż brązowy na
sypko 200 g, Kompot wielowocowy bez cukru 200 ml,
Sok pomidorowy 200 ml