

Śniadanie

Dieta Podstawowa



Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml (**MLEKO**), Chleb baltonowski, chleb graham, chleb pszenny 80g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Sałatka z k. pekiń pomidor ogórek kisz marchew kukurydz 130 g (**JAJA, GORCZYCA**), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50 g (**GLUTEN, SOJA, MLEKO**), Ser mozzarella 50 g, Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 80 g, Herbata z cytryną 250 ml, Cynamonka 1 szt

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Chleb razowy 110 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Sałatka z k. pekiń pomidor ogórek kisz,marchew,kukurydz 130 g (**JAJA, GORCZYCA**), Ser biały w plastrach 50g (**MLEKO**), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50g (**GLUTEN, SOJA, MLEKO**), Ser mozzarella 50 g, Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 80g, Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Celestynka 1 szt

Obiad

Dieta Podstawowa



Zupa selerowa z makaronem z natka pietruszki 450 ml (**GLUTEN, MLEKO, SELER**), Kotlet drobiowy panierowany smażony 110 g (**GLUTEN, JAJA, GORCZYCA**), Marchewka gotowana z groszkiem 150 g (**GLUTEN**), Kalafior gotowany z masłem 120 g (**MLEKO**), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Zupa selerowa z makaronem z natka pietruszki 450 ml (**GLUTEN, MLEKO, SELER**), Filet z kurczaka pieczony z jarzynami 130 g (**GLUTEN, SELER, GORCZYCA**), Fasolka szparagowa z wody 150 g, Kalafior gotowany z masłem 120 g (**MLEKO**), Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml, Grejpfrut 130 g