

Śniadanie

Dieta Podstawowa



Kawa Inka na mleku 250 ml (**GLUTEN**, **MLEKO**), Chleb baltonowski, 7-ziaren, bułka alpejska 120 g (**GLUTEN**, **JAJA**, **ORZECHY**, **SEZAM**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (**SOJA**), Pasta z jaj z natką pietruszki 60 g (**JAJA**, **GORCZYCA**), Papryka świeża z natką 60 g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Kawa Inka na mleku b/c 250 ml (**GLUTEN**, **MLEKO**), Chleb razowy 80 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (**SOJA**), Pasta z jaj z natką pietruszki 70 g (**JAJA**, **GORCZYCA**), Papryka świeża 60g

Obiad

Dieta Podstawowa



Zupa kalafiorowa z ziemniakami 450 ml (**GLUTEN**, **MLEKO**, **SELER**), Bitki duszone ze schabu wieprzowego 100g/150ml 250 g (**GLUTEN**), Surówka z warzyw mieszanych 120 g (**SELER**), Sałata zielona z jogurtem naturalnym 80 g (**MLEKO**), Kasza bulgur na sypko 200 g (**MLEKO**), Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml, Kiwi 100 g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Zupa kalafiorowa z ziemniakami 450 ml (**GLUTEN**, **MLEKO**, **SELER**), Bitki duszone ze schabu wieprzowego 100g/150ml 250 g (**GLUTEN**), Surówka z warzyw mieszanych 120 g (**SELER**), Sałata zielona z jogurtem naturalnym 80 g (**MLEKO**), Kasza bulgur na sypko 200 g (**MLEKO**), Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml, Kiwi 100 g