

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 , Chąłka 50 g
(**GLUTEN , JAJA, MLEKO , ORZECY**),

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 50 g

Obiad

Dieta Podstawowa



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

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



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