

Śniadanie

Dieta Podstawowa



Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (**GLUTEN , MLEKO**),
Chleb baltonowski, chleb razowy, bułka
kajzerka 120 g (**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**),
Pyzdra schabowa (schab wieprz. wędz, parzony)
40 g , Twarożek (półtłusty) z z. pietruszką 60 g (**MLEKO**),
Sałatka z selera i jabłka z oliwą 80 g (**SELER**),
Dżem porcjowy 1 szt , Herbata z cytryną 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb razowy 100 g
(**GLUTEN**), Masło porcjowe 15 g (**MLEKO**), Pyzdra
schabowa(schab wieprz. wędz, parzony)
40 g , Twarożek (półtłusty) z z.pietruszką 60 g
(**MLEKO**), Sałatka z
selera i jabłka z oliwą 80 g (**SELER**)

Obiad

Dieta Podstawowa



Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml
(**GLUTEN , MLEKO , SELER**), Spaghetti z
sosem bolońskim 350 g (**GLUTEN**),
Sałatka grecka 120 g (**MLEKO**), Kompot
wielooowocowy z cukrem 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Zupa jarzynowa diet. 450 ml (**GLUTEN , MLEKO**), Makaron razowy z
s. mięsno-pomidorowym 150g/150g 300 g
(**GLUTEN**), Kompot wielooowocowy bez
cukru 250 ml , Sałatka grecka 120 g
(**MLEKO**), Sok owocowy 330 ml 1 szt