

Dieta łatwostrawna

I śniadanie



Skład posiłku:

Chleb pszenny (GLUTEN) - 60 g
Masło (MLEKO) - 10 g
Wędlina drobiowa (GORCZYCA, MLEKO) - 45 g
Pomidor - 50 g
Sałata masłowa - 15 g
Serek wiejski (MLEKO) – 200 g
Dżem brzoskwiniowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g
Herbata – 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

I śniadanie



Skład posiłku:

Chleb razowy (GLUTEN) - 90 g
Masło (MLEKO) - 10 g
Wędlina drobiowa (GORCZYCA, MLEKO) – 45 g
Pomidor - 50 g
Sałata masłowa - 15 g
Serek wiejski (MLEKO) – 200 g
Dżem brzoskwiniowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g
Herbata - 250 ml

Dieta łatwostrawna

Obiad



Skład posiłku:

Zupa ogórkowa (SELER) – 350 ml
Gulasz z indyka – 150 g
Kasza jęczmienna (GLUTEN) – 200 g
Buraczki tarte gotowane – 150 g
Kompot owocowy bez cukru – 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Obiad



Skład posiłku:

Zupa ogórkowa (SELER) – 350 ml
Gulasz z indyka – 150 g
Kasza gryczana – 200 g
Surówka kapusty pekińskiej, marchewki i jabłka – 150 g
Kompot owocowy bez cukru – 250 ml