

## Dieta łatwostrawna

### I śniadanie



#### Skład posiłku:

Kasza jaglana na mleku (GLUTEN, MLEKO) – 250 ml

Chleb pszenny (GLUTEN) - 75 g

Masło (MLEKO) - 10 g

Wędlna wieprzowa (GLUTEN, GORCZYCA, SOJA, SELER) – 60 g

Pasta twarogowa z ziołami (MLEKO) – 80 g

Pomidor - 50 g

Salata masłowa - 10 g

Jabłko – 100 g

Herbata – 250 ml

## Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

### I śniadanie



#### Skład posiłku:

Kasza jaglana na mleku (GLUTEN, MLEKO) – 250 ml

Chleb razowy (GLUTEN) - 90 g

Masło (MLEKO) - 10 g

Wędlna wieprzowa (GLUTEN, GORCZYCA, SOJA, SELER) – 60 g

Pasta twarogowa z ziołami (MLEKO) – 80 g

Pomidor - 50 g

Salata masłowa - 10 g

Jabłko – 100 g

Herbata - 250 ml

### Dieta łatwostrawna

#### Obiad



#### Skład posiłku:

Rosół z makaronem (GLUTEN, GORCZYCA, JAJA, MLEKO, SELER, SOJA) – 350 ml

Pieczone kotlety rybne ze szpinakiem i sosem (RYBY, JAJA, GLUTEN) – 120 g

Ryż biały gotowany – 150 g

Surówka z tartej marchewki z jabłkiem – 200 g

Kompot owocowy bez cukru – 250 ml

### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

#### Obiad



#### Skład posiłku:

Rosół z makaronem (GLUTEN, GORCZYCA, JAJA, MLEKO, SELER, SOJA) – 350 ml

Pieczone kotlety rybne ze szpinakiem (RYBY, JAJA, GLUTEN) – 120 g

Ryż brązowy gotowany – 150 g

Surówka z tartej marchewki z jabłkiem – 200 g

Kompot owocowy bez cukru – 250 ml