

Dieta łatwostrawna

I śniadanie



Skład posiłku:

Chleb pszenny (GLUTEN) - 75 g

Masło (MLEKO) - 10 g

Pasta jajeczno-twarogowa (JAJA, MLEKO) – 100 g

Wędlina drobiowa (GLUTEN, GORCZYCA, SOJA, SELER) – 45 g

Pomidor - 100 g

Sałata masłowa - 15 g

Jogurt naturalny (MLEKO) – 150 g

Dżem o obniżonej zawartości cukru – 25 g

Pomarańcza – 200 g

Herbata - 250 m

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

I śniadanie



Skład posiłku:

Chleb razowy (GLUTEN) - 90 g

Masło (MLEKO) - 10 g

Pasta jajeczno-twarogowa (JAJA, MLEKO) – 100 g

Wędlina drobiowa (GLUTEN, GORCZYCA, SOJA, SELER) – 45 g

Pomidor - 100 g

Sałata masłowa - 15 g

Jogurt naturalny (MLEKO) – 150 g

Dżem o obniżonej zawartości cukru – 25 g

Pomarańcza – 200 g

Herbata - 250 m

Dieta łatwostrawna

Obiad



Skład posiłku:

Zupa jarzynowa z ryżem – 350 ml

Schab wieprzowy duszony (GLUTEN) – 100 g

Kasza bulgur (GLUTEN) – 150 g

Mieszanka warzyw gotowana (kalafior, brokuł, marchew, fasolka szparagowa)-150g

Kompot owocowy bez cukru – 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Obiad



Skład posiłku:

Zupa jarzynowa z ryżem – 350 ml

Schab wieprzowy duszony (GLUTEN) – 100 g

Kasza bulgur (GLUTEN) – 150 g

Surówka z tartej marchewki z jabłkiem - 150 g

Kompot owocowy bez cukru – 250 ml