

Dieta łatwostrawna

I śniadanie



Skład posiłku:

Chleb pszenny (GLUTEN) - 25 g
 Bułka pszenna (GLUTEN) – 90 g
 Masło (MLEKO) - 10 g
 Wędlina drobiowa (GLUTEN, GORCZYCA, MLEKO, SOJA) – 45 g
 Twaróg - (MLEKO) - 50 g
 Pomidor - 50 g
 Roszponka - 10 g
 Jogurt naturalny (MLEKO) – 150 g
 Banan – 130 g
 Kawa zbożowa z mlekiem (MLEKO) – 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

I śniadanie



Skład posiłku:

Chleb razowy (GLUTEN) - 30 g
 Bułka graham (GLUTEN) – 90 g
 Masło (MLEKO) - 10 g
 Wędlina drobiowa (GLUTEN, GORCZYCA, MLEKO, SOJA) – 45 g
 Twaróg - (MLEKO) – 50 g
 Pomidor - 50 g
 Roszponka - 10 g
 Jogurt naturalny (MLEKO) – 150 g
 Gruszka – 160 g
 Kawa zbożowa z mlekiem (MLEKO) – 250 ml

Dieta łatwostrawna

Obiad

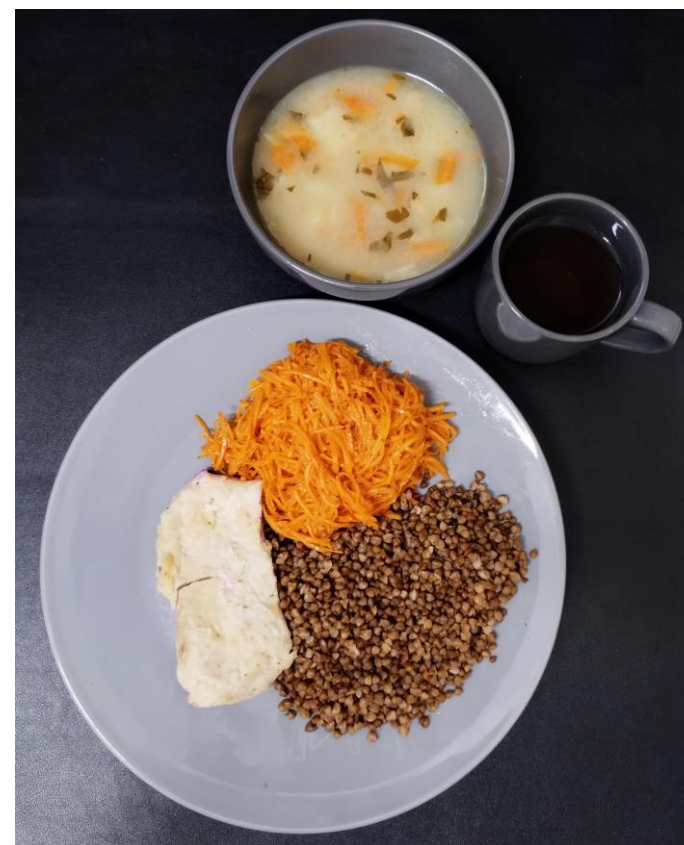


Skład posiłku:

Zupa krupnik (SELER, GLUTEN) – 350 ml
Bitka drobiowa duszona (GLUTEN) – 150 g
Kasza jęczmienna (GLUTEN) – 150 g
Buraki tarte gotowane – 150 g
Kompot owocowy bez cukru – 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Obiad



Skład posiłku:

Zupa krupnik (SELER, GLUTEN) – 350 ml
Bitka drobiowa duszona (GLUTEN) – 150 g
Kasza gryczana – 150 g
Surówka z tartej marchewki z jabłkiem – 150 g
Kompot owocowy bez cukru – 250 ml