

Dieta łatwostrawna

I śniadanie



Skład posiłku:

Chleb pszenny (GLUTEN) - 75 g
Masło (MLEKO) - 10 g
Wędlina drobiowa (GLUTEN, GORCZYCA, SOJA, SELER) – 30 g
Pomidor - 50 g
Rozzponka - 10 g
Jogurt naturalny (MLEKO) – 150 g
Jabłko – 150 g
Herbata bez cukru – 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

I śniadanie



Skład posiłku:

Chleb razowy (GLUTEN) - 90 g
Masło (MLEKO) - 10 g
Wędlina drobiowa (GLUTEN, GORCZYCA, SOJA, SELER) – 30 g
Ser żółty (MLEKO) – 40 g
Pomidor - 50 g
Rozzponka – 10 g
Jogurt naturalny (MLEKO) – 150 g
Gruszka – 160 g
Herbata bez cukru - 250 ml

Dieta łatwostrawna

Obiad



Skład posiłku:

Zupa pomidorowa z ryżem (SELER) – 350 ml
Schab wieprzowy duszony w sosie własnym (GLUTEN) – 150 g
Ziemniaki gotowane – 150 g
Gotowane tarte buraczki – 150 g
Gotowana mieszanka warzyw (kalafior, brokuł, marchew) - 150g
Kompot owocowy bez cukru – 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Obiad



Skład posiłku:

Zupa pomidorowa z ryżem (SELER) – 350 ml
Schab wieprzowy duszony w sosie własnym (GLUTEN) – 150 g
Ziemniaki gotowane – 150 g
Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki, jabłka - 150g
Kompot owocowy bez cukru – 250 ml