

Dieta łatwostrawna

I śniadanie



Skład posiłku:

Kasza jaglana na mleku (MLEKO) – 200 ml
Chleb pszenny (GLUTEN) - 25 g
Bułka pszenna (GLUTEN) – 90 g
Masło (MLEKO) - 10 g
Ser twarogowy (MLEKO) - 80 g
Wędlina drobiowa (GLUTEN, GORCZYCA, SOJA, SELER) – 30 g
Pomidor - 50 g
Sałata masłowa - 10 g
Herbata – 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

I śniadanie



Skład posiłku:

Kasza jaglana na mleku (MLEKO) – 200 ml
Chleb razowy (GLUTEN) – 30 g
Bułka grahamka (GLUTEN) – 90 G
Masło (MLEKO) - 10 g
Ser twarogowy (MLEKO) – 80 g
Wędlina drobiowa (GLUTEN, GORCZYCA, SOJA, SELER) – 30 g
Papryka czerwona - 50 g
Sałata masłowa - 15 g
Herbata - 250 ml

Dieta łatwostrawna

Obiad



Skład posiłku:

Rosół z makaronem (GLUTEN, SELER) – 350 ml
Kotlety rybne (GLUTEN, RYBY) – 150 g
Sos koperkowy (GLUTEN, MLEKO) – 50 ml
Ryż biały – 150 g
Surówka z tartej marchewki z jabłkiem – 150 g
Kompot owocowy bez cukru – 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Obiad



Skład posiłku:

Rosół z makaronem (GLUTEN, SELER) – 350 ml
Kotlety rybne (GLUTEN, RYBY) – 150 g
Sos koperkowy (GLUTEN, MLEKO) – 50 ml
Ryż brązowy – 150 g
Surówka z tartej marchewki z jabłkiem – 200 g
Kompot owocowy bez cukru – 250 ml