

Dieta łatwostrawna

I śniadanie



Skład posiłku:

Zupa mleczna z płatkami owsianymi (**gluten, mleko**) – 250 ml
Chleb pszenny (**gluten**) - 50 g
Bułka pszenna (**gluten**) – 80 g
Masło ekstra (**mleko**) – 10 g
Pasta twarogowa z ziołami (**mleko**) – 70 g
Wędlina wieprzowa – 30 g
Pomidor - 50 g
Sałata masłowa – 10 g
Banan – 130 g
Herbata czarna bez cukru – 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

I śniadanie



Skład posiłku:

Zupa mleczna z płatkami owsianymi (**gluten, mleko**) – 250 ml
Chleb razowy (**gluten**) – 30 g
Bułka grahamka (**gluten**) – 90 g
Masło ekstra (**mleko**) – 10 g
Pasta twarogowa z ziołami (**mleko**) – 70 g
Wędlina wieprzowa – 30 g
Ogórek - 50 g
Sałata masłowa – 10 g
Herbata czarna bez cukru – 250 ml

Dieta łatwostrawna

Obiad



Skład posiłku:

Zupa ogórkowa (**seler, mleko**) – 350 ml

Naleśniki z twarogiem i prażonymi jabłkami smażone beztłuszczowo (**gluten, jaja, mleko**) – 400 g

Polewka jogurtowa z jagodami (**mleko**) – 40 g

Kompot owocowy bez cukru - 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Obiad



Skład posiłku:

Zupa ogórkowa (**seler, mleko**) – 350 ml

Makaron pełnoziarnisty (**gluten**) – 240 g

Sos z piersią z kurczaka i brokułem (**mleko**) – 200 g

Mizeria z ogórków (**mleko**) – 150 g

Kompot owocowy bez cukru - 250 ml