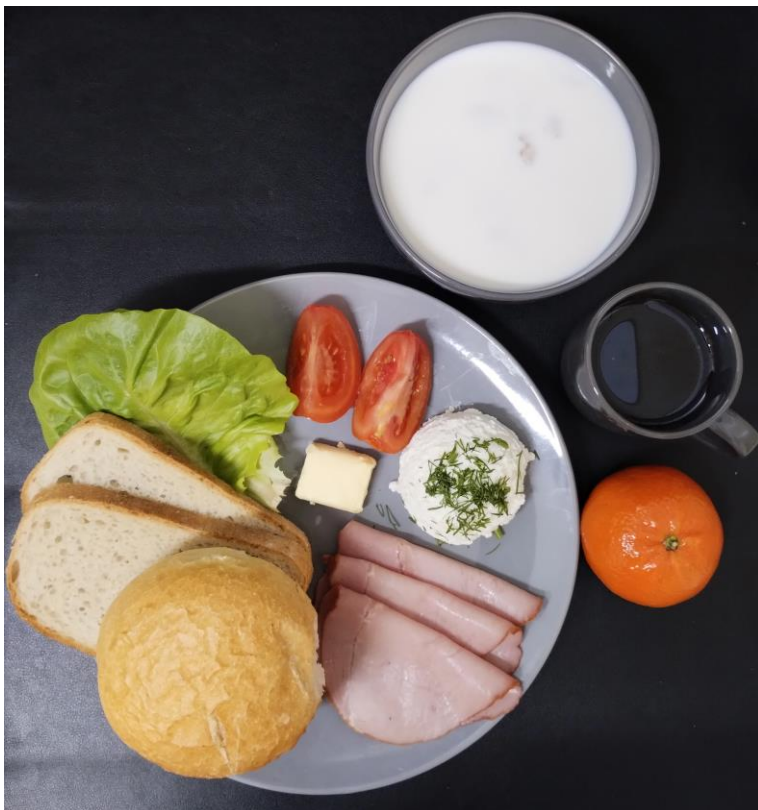


Dieta łatwostrawna

I śniadanie

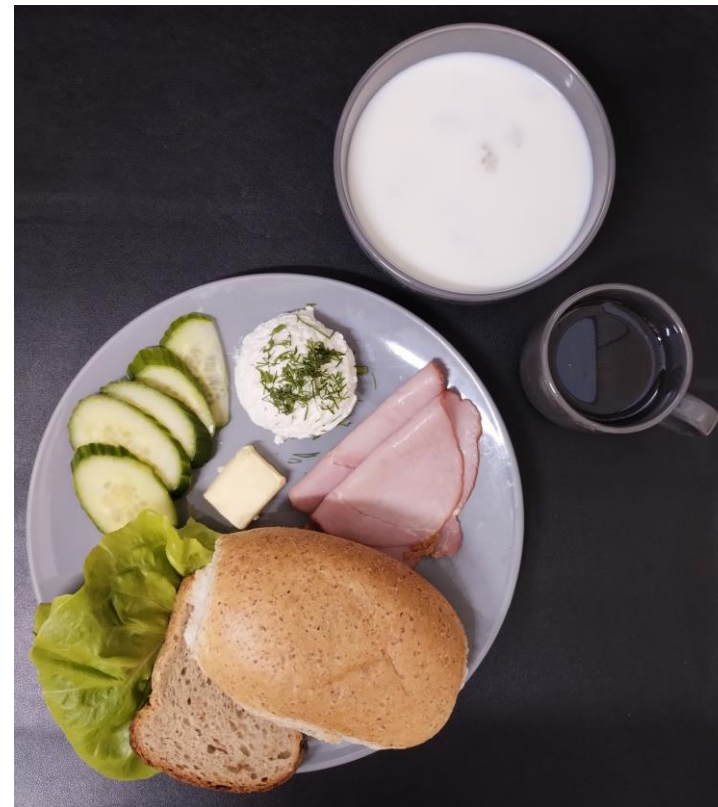


Skład posiłku:

Zupa mleczna z płatkami owsianymi (**gluten, mleko**) – 250 ml
Chleb pszenny (**gluten**) - 50 g
Bułka pszenna (**gluten**) – 80 g
Masło ekstra (**mleko**) – 5 g
Pasta twarogowa z ziołami (**mleko**)– 70 g
Wędlina wieprzowa – 45 g
Pomidor - 50 g
Sałata masłowa – 10 g
Mandarynka – 140 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 buraczkowa (**mleko**) – 350 ml
Pierś z kurczaka gotowana na parze – 150 g
Ryż biały gotowany – 200 g
Gotowane warzywa na parze (brokuł, kalafior, marchew) – 180 g
Fasolka szparagowa gotowana – 100 g
Kompot owocowy bez cukru – 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Obiad



Skład posiłku:

Zupa buraczkowa (**mleko**) – 350 ml
Pierś z kurczaka gotowana na parze – 150 g
Ryż brązowy gotowany – 200 g
Fasolka szparagowa gotowana – 100 g
Mizeria z ogórków (**mleko**) – 150 g
Kompot owocowy bez cukru – 250 ml