

Dieta łatwostrawna



Skład posiłku:

Chleb pszenny – 100 g
 Masło ekstra – 5 g
 Wędlina drobiowa – 45 g
 Pomidor - 50 g
 Sałata – 10 g
 Serek wiejski – 200 g
 Dżem owocowy – 25 g
 Mandarynka – 140 g
 Herbata owocowa bez cukru – 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Skład posiłku:

Chleb razowy - 60 g
 Masło ekstra - 10 g
 Wędlina drobiowa – 30 g
 Ser żółty - 15 g
 Ogórek - 50 g
 Sałata – 10 g
 Mandarynka – 140 g
 Serek wiejski – 200 g
 Herbata owocowa bez cukru – 250 ml

Dieta łatwostrawna



Skład posiłku:

Zupa ogórkowa – 350 ml
Gulasz z indyka – 250 g
Gotowana kasza jęczmienna – 200 g
Buraczki gotowane – 150 g
Kompot owocowy bez cukru – 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Skład posiłku:

Zupa ogórkowa – 350 ml
Gulasz z indyka – 250 g
Gotowana kasza gryczana – 200 g
Surówka z selera i jabłka – 150 g
Kompot owocowy bez cukru – 250 ml