

Dieta łatwostrawna

I śniadanie



Skład posiłku:

Płatki owsiane na mleku (GLUTEN, MLEKO) – 200 ml
Chleb pszenny (GLUTEN) - 50 g
Bułka pszenna (GLUTEN) – 80 g
Masło (MLEKO) - 10 g
Wędlina drobiowa (GLUTEN, GORCZYCA, MLEKO, SOJA) – 30 g
Pasta twarogowa z zieleciną (MLEKO) – 80 g
Pomidor - 50 g
Roszponka - 10 g
Jabłko pieczone – 120 g
Herbata bez cukru – 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

I śniadanie



Skład posiłku:

Płatki owsiane na mleku (GLUTEN, MLEKO) – 200 ml
Chleb razowy (GLUTEN) – 30 g
Bułka grahamka (GLUTEN) – 80 g
Masło (MLEKO) - 10 g
Wędlina drobiowa (GLUTEN, GORCZYCA, MLEKO, SOJA) – 30 g
Pasta twarogowa z zieleciną (MLEKO) – 80 g
Papryka czerwona - 50 g
Roszponka - 10 g
Jabłko – 120 g
Herbata bez cukru - 250 ml

Dieta łatwostrawna

Obiad



Skład posiłku:

Zupa kalafiorowa (SELER) – 350 ml
Udko z kurczaka bez skóry gotowane – 150 g
Sos pieczeniowy (GLUTEN, MLEKO) – 50 g
Ziemniaki gotowane – 200 g
Marchew gotowana – 150 g
Kompot owocowy bez cukru – 250 m

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Obiad



Skład posiłku:

Zupa kalafiorowa (SELER) – 350 ml
Udko z kurczaka pieczone – 150 g
Sos pieczeniowy (GLUTEN, MLEKO) – 50 g
Ziemniaki gotowane – 200 g
Surówka z białej kapusty, marchewki, papryki – 150 g
Kompot owocowy bez cukru – 250 m