

Dieta łatwostrawna

I śniadanie



Skład posiłku:

Kasza jaglana na mleku (MLEKO) – 200 ml

Jabłko pieczone – 150 g

Chleb pszenny (GLUTEN) - 75 g

Masło (MLEKO) - 5 g

Ser twarogowy z koperkiem (MLEKO) - 50 g

Wędlina drobiowa (GLUTEN, GORCZYCA, SOJA, SELER) – 45 g

Pomidor - 50 g

Salata 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) – 90 g

Masło (MLEKO) - 10 g

Wędlina drobiowa (GLUTEN, GORCZYCA, MLEKO, SOJA) – 60 g

Ser twarogowy (MLEKO) – 40 g

Pomidor - 50 g

Salata masłowa - 10 g

Herbata – 250 ml

Dieta łatwostrawna

Obiad



Skład posiłku:

Rosół z makaronem (GLUTEN, SELER) – 350 ml
Kotlety rybne (GLUTEN, RYBY) – 150 g
Sos ze szpinakiem (GLUTEN, MLEKO) – 50 ml
Ryż biały – 200 g
Surówka z tartej marchewki z jabłkiem – 200 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 ze szpinakiem (GLUTEN, MLEKO) – 50 ml
Ziemniaki gotowane – 200 g
Surówka z kiszonej kapusty i marchewki – 200 g
Kompot owocowy bez cukru – 250 ml