

Dieta łatwostrawna

I śniadanie



Skład posiłku:

Chleb pszenny (GLUTEN) - 75 g
Masło (MLEKO) - 10 g
Wędlina drobiowa (GLUTEN, GORCZYCA, MLEKO, SOJA) – 45 g
Pomidor - 100 g
Serek wiejski (MLEKO) – 200 g
Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g
Banan – 130 g
Kawa zbożowa bez cukru – 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

I śniadanie



Skład posiłku:

Chleb razowy (GLUTEN) - 90 g
Masło (MLEKO) - 10 g
Wędlina drobiowa (GLUTEN, GORCZYCA, MLEKO, SOJA) – 45 g
Ogórek - 50 g
Serek wiejski (MLEKO) – 200 g
Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g
Banan – 130 g
Kawa zbożowa bez cukru – 250 ml

Dieta łatwostrawna

Obiad



Skład posiłku:

Zupa jarzynowa (SELER) – 350 ml

Pulpety drobiowe w sosie pomidorowym (GLUTEN, JAJA) – 150 g

Ziemniaki gotowane – 200 g

Buraki tarte gotowane – 150 g

Kompot owocowy bez cukru – 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Obiad



Skład posiłku:

Zupa jarzynowa (SELER) – 350 ml

Pulpety drobiowe w sosie pomidorowym (GLUTEN, JAJA) – 150 g

Ziemniaki gotowane – 200 g

Surówka z czerwonej kapusty i marchewki – 100 g

Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki, jabłka – 100 g

Kompot owocowy bez cukru – 250 ml