

Dieta łatwostrawna

I śniadanie



Skład posiłku:

Chleb pszenny (GLUTEN) - 75 g
 Masło ekstra (MLEKO) - 10 g
 Wędlina drobiowa (GLUTEN, GORCZYCA) – 30 g
 Pasta jajeczna z twarogiem (JAJA, MLEKO) – 100 g
 Jogurt naturalny (MLEKO) – 150 g
 Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g
 Pomidor - 100 g
 Sałata masłowa - 10 g
 Pomarańcza – 200 g
 Herbata bez cukru – 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

I śniadanie



Skład posiłku:

Chleb razowy (GLUTEN) – 60 g
 Masło ekstra (MLEKO) - 10 g
 Wędlina wieprzowa (GLUTEN, GORCZYCA) – 30 g
 Pasta jajeczna z twarogiem (JAJA, MLEKO) – 100 g
 Jogurt naturalny (MLEKO) – 150 g
 Papryka czerwona - 50 g
 Sałata masłowa - 10 g
 Pomarańcza – 200 g
 Herbata bez cukru - 250 ml

Dieta łatwostrawna

Obiad



Skład posiłku:

Zupa ryżanka (SELER) – 350 ml

Gulasz wieprzowy w sosie własnym (GLUTEN, MLEKO) – 150 g

Kasza jęczmienna gotowana (GLUTEN) – 200 g

Surówka z tartej marchewki z jabłkiem – 75 g

Gotowane tarte buraczki – 75 g

Kompot owocowy bez cukru – 250 m

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Obiad



Skład posiłku:

Zupa ryżanka (SELER) – 350 ml

Gulasz wieprzowy w sosie własnym (GLUTEN, MLEKO) – 150 g

Kasza gryczana gotowana – 200 g

Surówka z kiszonej kapusty – 150 g

Kompot owocowy bez cukru – 250 m