

Dieta łatwostrawna

I śniadanie

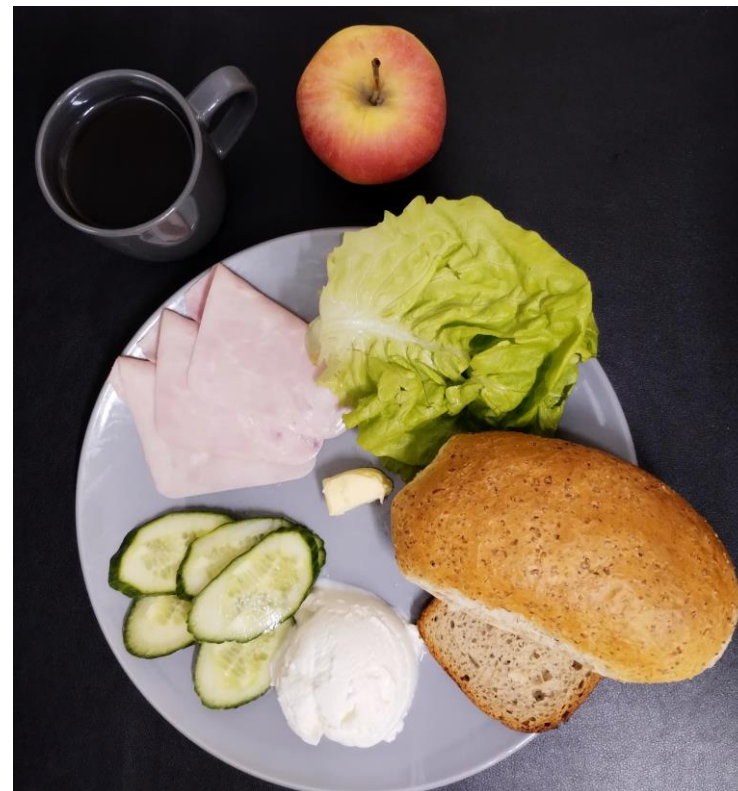


Skład posiłku:

Makaron na mleku (GLUTEN, MLEKO) – 250 ml
Chleb pszenny (GLUTEN) - 25 g
Bułka pszenna (GLUTEN) – 80 g
Masło (MLEKO) - 10 g
Wędlina drobiowa (GLUTEN, GORCZYCA, SOJA, SELER) – 45 g
Ser twarogowy chudy (MLEKO) – 60 g
Pomidor - 100 g
Sałata masłowa - 10 g
Jabłko pieczone – 150 g
Herbata bez cukru – 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

I śniadanie



Skład posiłku:

Chleb razowy (GLUTEN) - 90 g
Bułka graham (GLUTEN) – 90 g
Masło (MLEKO) - 10 g
Wędlina drobiowa (GLUTEN, GORCZYCA, SOJA, SELER) – 45 g
Ser twarogowy chudy (MLEKO) – 60 g
Ogórek - 50 g
Sałata masłowa – 10 g
Jabłko – 150 g
Herbata bez cukru - 250 ml

Dieta łatwostrawna

Obiad



Skład posiłku:

Zupa buraczkowa (SELER, MLEKO) – 350 ml
Pierś z kurczaka w sosie białym (GLUTEN) – 180 g
Ryż biały – 200 g
Fasolka szparagowa gotowana - 150g
Kompot owocowy bez cukru – 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Obiad



Skład posiłku:

Zupa buraczkowa (SELER, MLEKO) – 350 ml
Pierś z kurczaka w sosie białym (GLUTEN) – 180 g
Ryż brązowy – 200 g
Fasolka szparagowa gotowana - 150g
Surówka z sałaty, pomidora, ogórka – 150 g
Kompot owocowy bez cukru – 250 ml