

Dieta łatwostrawna

I śniadanie



Skład posiłku:

Chleb pszenny (GLUTEN) - 75 g

Masło (MLEKO) - 10 g

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

Ser twarogowy (MLEKO) - 40 g

Pomidor - 50 g

Roszkonka- 10 g

Jogurt naturalny (MLEKO) – 150 g

Banan – 130 g

Herbata bez cukru – 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

I śniadanie



Skład posiłku:

Chleb razowy (GLUTEN) – 60 g

Hummus (SEZAM, SOJA, SELER, GORCZYCA) - 30 g

Wędlina drobiowa (GLUTEN, GORCZYCA, MLEKO, SOJA) – 30 g

Ser twarogowy (MLEKO) – 40 g

Pomidor - 50 g

Roszkonka - 10 g

Gruszka – 130 g

Herbata bez cukru – 250 ml

Dieta łatwostrawna

Obiad

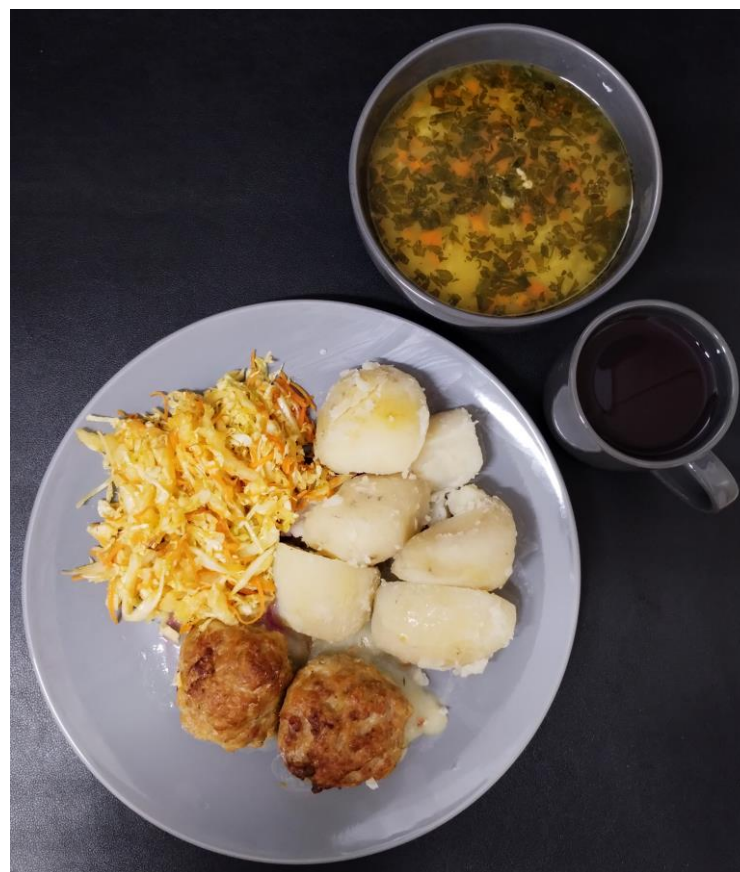


Skład posiłku:

Zupa marchewkowa z ryżem białym (SELER) – 350 ml
Pulpety drobiowe (GLUTEN, JAJA) – 140 g
Sos koperkowy (GLUTEN, MLEKO) – 60 g
Ziemniaki gotowane – 240 g
Gotowane tarte buraczki – 150 g
Kompot owocowy bez cukru – 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Obiad



Skład posiłku:

Zupa marchewkowa z ryżem brązowym (SELER) – 350 ml
Pulpety drobiowe (GLUTEN, JAJA) – 140 g
Sos koperkowy (GLUTEN, MLEKO) – 60 g
Ziemniaki gotowane – 200 g
Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki, jabłka – 150 g
Kompot owocowy bez cukru – 250 ml