

Dieta łatwostrawna

I śniadanie



Skład posiłku:

Chleb pszenny (GLUTEN) - 75 g

Masło (MLEKO) - 5 g

Wędlina drobiowa – 45 g

Serek wiejski (MLEKO) - 200 g

Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g

Pomidor - 50 g

Salata masłowa - 10 g

Banan – 130 g

Herbata bez cukru – 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

I śniadanie



Skład posiłku:

Chleb razowy (GLUTEN) – 60 g

Masło (MLEKO) - 5 g

Wędlina drobiowa – 30 g

Ser wiejski (MLEKO) – 200 g

Ogórek - 50 g

Salata masłowa - 10 g

Gruszka – 130 g

Herbata bez cukru – 250 ml

Dieta łatwostrawna

Obiad



Skład posiłku:

Zupa ogórkowa (SELER) – 350 ml
Gulasz drobiowy (GLUTEN) – 230 g
Kasza jęczmienna (GLUTEN) – 240 g
Gotowane tarte buraczki – 150 g
Kompot owocowy bez cukru – 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Obiad



Skład posiłku:

Zupa ogórkowa (SELER) – 350 ml
Gulasz drobiowy (GLUTEN) – 230 g
Kasza gryczana – 200 g
Surówka z kapusty czerwonej – 150 g
Kompot owocowy bez cukru – 250 ml