

Dieta łatwostrawna

I śniadanie



Skład posiłku:

Chleb pszenny (**gluten**) - 100 g

Masło ekstra (**mleko**) - 5 g

Pasta rybna (**ryby**) – 90 g

Serek wiejski (**mleko**) – 200 g

Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g

Pomidor - 50 g

Roszkonka – 10 g

Pomarańcza – 200 g

Herbata bez cukru – 250 ml

Dieta łatwostrawna

Obiad



Skład posiłku:

Zupa szpinakowa (**seler**) – 350 ml

Naleśniki z twarogiem i prażonymi jabłkami smażone beztłuszczowo (**gluten, jaja, mleko**) – 400 g

Polewka jogurtowa jagodowa (**mleko**) – 50 g

Kompot owocowy bez cukru - 250 ml

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Obiad



Skład posiłku:

Zupa szpinakowa (**seler**) – 350 ml

Makaron pełnoziarnisty (**gluten**) – 240 g

Sos z piersią z kurczaka i brukselką (**mleko**) – 200 g

Kompot owocowy bez cukru - 250 ml