Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
I śniadanie	**I śniadanie**
Skład posiłku: Chleb pszenny (**gluten**) - 25 g Bułka pszenna (**gluten**) – 80 g Masło ekstra (z **mleka**) – 5 g Wędlina wieprzowa – 30 g Jajecznica na parze (**jaja**, **mleko**) – 140 g Pomidor - 50 g Roszponka - 10 g Jogurt naturalny (**mleko)** – 150 g Dżem owocowy – 25 g Herbata czarna bez cukru – 250 ml	Skład posiłku: Chleb razowy (**gluten**) - 30 g Bułka grahamka (**gluten**) – 90 g Hummus (**sezam**) – 30 g Wędlina wieprzowa – 30 g Jajecznica na parze (**jaja**, **mleko**) - 140 g Papryka czerwona - 50 g Roszponka - 10 g Herbata czarna bez cukru – 250 ml **Drugie śniadanie:** Jogurt naturalny (**mleko)** – 150 g

Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Obiad	**Obiad**
Skład posiłku: Krupnik z kaszą jęczmienną (**gluten**, **seler**) – 350 ml Zraz wieprzowy z marchewką – 200 g Ziemniaki gotowane – 240 g Warzywa gotowane na parze – 150 g Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	Skład posiłku: Krupnik z kaszą jęczmienną (**gluten**, **seler**) – 350 ml Zraz wieprzowy z marchewką – 200 g Ziemniaki gotowane – 200 g Surówka z białej kapusty – 150 g Kompot owocowy bez cukru – 250 ml