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**) – 10 g Wędlina wieprzowa – 30 g Serek wiejski (**mleko**) – 200 g Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g Pomidor - 50 g Rukola – 10 g Mandarynki – 140 g Herbata czarna bez cukru – 250 ml	Skład posiłku: Chleb razowy (**gluten**) – 30 g Bułka grahamka (**gluten**) – 90 g Pieczony pasztet (**gluten**, **seler**, **soja**) – 40 g Pasta warzywna – 30 g Papryka czerwona - 50 g Rukola – 10 g Herbata czarna bez cukru – 250 ml **Drugie śniadanie:** Serek wiejski (**mleko**) – 200 g Gruszka – 130 g

Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Obiad	**Obiad**
	
Skład posiłku: Zupa ogórkowa (**seler**) – 350 ml Naleśniki z twarogiem i jabłkiem z polewą owocową (**gluten**, **mleko**, **jaja**) – 440 g Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	Skład posiłku: Zupa ogórkowa (**seler**) – 350 ml Pierś z kurczaka w sosie brokułowym – 200 g Makaron pełnoziarnisty (**gluten**) – 200 g Kompot owocowy bez cukru – 250 ml