

**GALANTE  
OBIADY**

**TUTTO BENE  
CATERING**

Tutto Bene Sp. z o.o.  
90-434 Łódź  
UL. Piotrkowska 137/139  
Lok.U2  
Nip : 7252307782

---

## MENU PONIEDZIAŁEK

### *ŚNIADANIE*

- Kanapki z dodatkami, herbata 200ml

#### **Dieta ogólna**

chleb pszenny (gluten) 80g, chleb graham(gluten)30g, ser żółty(laktoza)20g, dżem/miód 25g, ser biały/twarożek z dodatkiem(laktoza)50g, wędlina(soja, może zawierać mleko,gluten,seler,gorczycę)40g,masło 82%(laktoza)15g, pasta jajeczna(jajka, laktoza)/pasta z soczewicy 45g, warzywa świeże 55g

#### **Dieta cukrzycowa/ trzustkowa**

chleb graham(gluten) 100g, wędlina(soja, może zawierać mleko,gluten,seler,gorczycę)40g, ser biały/ twarożek z dodatkiem(laktoza)50g, masło 82%(laktoza)15g, pasta jajeczna(jajka, laktoza)/pasta z soczewicy 45g, warzywa świeże 55g, wędlina drobiowa, dżem, jajko, pasta z soczewicy, warzywa

### *OBIAD*

#### **Dieta ogólna**

- Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml

wywar mięsny, buraki, marchew, seler, pietruszka,por,sól, pieprz, mąka pszenna(gluten), śmietana(laktoza)18%, cukier, kwasek cytrynowy

- bigos z mięsem i kiełbasą 200g,, ziemniaki z koperkiem 200g

mięso wieprzowe, kiełbasa zwyczajna(soja,gluten,laktoza),kapusta kiszona, cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz, liść laurowy, majeranek

Kompot 200ml

*PODWIECZOREK:* jogurt owocowy(laktoza)/kefir(aktozal)150g lub owoce sezonowe

### **Dieta cukrzycowa / trzustkowa**

➤ Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml  
wywar mięsny, buraki, marchew, seler, pietruszka, por, sól, pieprz, bułka pszenna (gluten), kwasek cytrynowy

➤ Pulpet w sosie koperkowym 120g, ziemniaki 200g, surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i jabłkiem 130g

mięso mielone wieprzowe, bułka tarta (gluten), jajka, olej rzepakowy, sól, kapusta pekińska, marchew, jabłka

Kompot b/c 200ml

*PODWIECZOREK*: jogurt naturalny (laktoza) / kefir (laktoza) 150g lub owoce sezonowe

*KOLACJA*

### **Dieta ogólna**

➤ Kanapki z dodatkami , herbata 200ml

chleb pszenny (gluten) 80g, chleb pełnoziarnisty (gluten) 30g, ser żółty (laktoza) 20g, ser topiony (laktoza) 15g, wędlina (soja, może zawierać mleko, gluten, seler, gorczycę) 40g, masło 82% (laktoza) 15g, sałatka z warzywna (gluten, gorczyca, laktoza, seler, jajko) / pasta z ryby wędzonej (laktoza, jajko) 45g, warzywa świeże 55g

### **Dieta cukrzycowa / trzustkowa**

➤ Kanapki z dodatkami , herbata 200ml

chleb graham (gluten) 100g, ser topiony (laktoza) 15g, wędlina (soja, może zawierać mleko, gluten, seler, gorczycę) 40g, masło 82% (laktoza) 15g, sałatka z warzywna (gluten, gorczyca, laktoza, seler, jajko) / pasta z ryby wędzonej (laktoza, jajko) 45g, warzywa świeże 55g, wędlina wp + drobiowa, miód, sałatka warzywna b/majonezu, warzywa

**Wartości odżywcze :** energia (kcal) 2332  
białko (g) 107,38  
tłuszcze (g) 80,80  
węglowodany (g) 303,73

**GALANTE  
OBIADY**

**TUTTO BENE  
CATERING**

Tutto Bene Sp. z o.o.  
90-434 Łódź  
UL. Piotrkowska 137/139  
Lok.U2  
Nip : 7252307782

---

## MENU WTOREK

### ŚNIADANIE

- Kanapki z dodatkami, herbata 200ml

#### Dieta ogólna

chleb pszenny (gluten) 80g, chleb graham(gluten)30g, ser żółty(laktoza)20g, dżem/miód 25g, ser biały/twarożek z dodatkiem(laktoza)50g, wędlna(soja, może zawierać mleko,gluten,seler,gorczycę)40g,masło 82%(laktoza)15g, pasta jajeczna(jajka, laktoza)/pasta z soczewicy 45g, warzywa świeże 55g

#### Dieta cukrzycowa / trzustkowa

chleb graham(gluten) 100g, wędlna(soja, może zawierać mleko,gluten,seler,gorczycę)40g, ser biały/ twarożek z dodatkiem(laktoza)50g, masło 82%(laktoza)15g, pasta jajeczna(jajka, laktoza)/pasta z soczewicy 45g, warzywa świeże 55g

### OBIAD

#### Dieta ogólna

- Ogórkowa z ziemniakami 300ml

wywar mięsny, mąka(gluten), ogórki kiszone,, marchew, seler, pietruszka, por, śmietana(laktoza) 18%, sól, pieprz, cukier

- Gulasz wieprzowy 120g, ryż brązowy 200g, marchewka z groszkiem 130g

łopatka wp, mąka(gluten), ryż brązowy(gluten), marchew, olej rzepakowy, sól, pieprz, margaryna(laktoza)

Kompot 200ml

PODWIECZOREK: jogurt owocowy(laktoza)/kefir(laktoza)150g lub owoce sezonowe

#### Dieta cukrzycowa / trzustkowa

- Ogórkowa z ziemniakami 300ml / Jarzynowa

wywar mięsny, mąka(gluten), ogórki kiszzone, marchew, seler, pietruszka, por, ser, sól, pieprz,

- Potrawka wieprzowa 120g, ryż brązowy 200g, surówka z marchewki i jabłka 130g / marchew gotowana

łopatka wp, mąka(gluten), ryż brązowy(gluten),pietruszka, seler, marchew, jabłka, olej rzepakowy, sól, margaryna(laktoza)

Kompot 200ml

*PODWIECZOREK:* jogurt naturalny(laktoza)/ kefir(laktoza)150g lub owoce sezonowe

*KOLACJA*

### **Dieta ogólna**

- Kanapki z dodatkami, herbata 200ml

chleb pszenny (gluten) 80g, chleb pełnoziarnisty (gluten)30g, ser żółty (laktoza)20g, ser topiony (laktoza) 15g, wędlina (soja, może zawierać mleko,gluten,seler,gorczycę)40g, masło 82% (laktoza)15g, sałatka z warzywna (gluten, gorczyca,laktoza,seler,jajko) / pasta z ryby wędzonej(laktoza, jajko)45g, warzywa świeże 55g

### **Dieta cukrzycowa / trzustkowa**

- Kanapki z dodatkami, herbata 200ml

chleb graham(gluten)100g, ser topiony (laktoza) 15g, wędlina (soja, może zawierać mleko,gluten,seler,gorczycę)40g, masło 82%(laktoza)15g, sałatka z warzywna (gluten, gorczyca,laktoza,seler,jajko) / pasta z ryby wędzonej(laktoza, jajko)45g, warzywa świeże 55g wędlina wp +drobiowa, miód, sałatka warzywna b/majonezu, warzywa

<b>Wartości odżywcze :</b> energia (kcal)	2418
białko (g)	113,66
tłuszcze (g)	75,06
węglowodany (g)	329,22

**GALANTE  
OBIADY**

**TUTTO BENE  
CATERING**

Tutto Bene Sp. z o.o.  
90-434 Łódź  
UL. Piotrkowska 137/139  
Lok.U2  
Nip : 7252307782

---

## MENU ŚRODA

### ŚNIADANIE

- Kanapki z dodatkami, herbata 200ml

#### **Dieta ogólna**

chleb pszenny (gluten) 80g, chleb graham(gluten)30g, ser żółty(laktoza)20g, dżem/miód 25g, ser biały/twarożek z dodatkiem(laktoza)50g, wędlina(soja, może zawierać mleko,gluten,seler,gorczycę)40g,masło 82%(laktoza)15g, pasta jajeczna(jajka, laktoza)/pasta z soczewicy 45g, warzywa świeże 55g

#### **Dieta cukrzycowa / trzustkowa**

chleb graham(gluten) 100g, wędlina(soja, może zawierać mleko,gluten,seler,gorczycę)40g, ser biały/ twarożek z dodatkiem(laktoza)50g, masło 82%(laktoza)15g, pasta jajeczna(jajka, laktoza)/pasta z soczewicy 45g, warzywa świeże 55g/ wędlina drobiowa, dżem, jajko, pasta z soczewicy, warzywa

### OBIAD

#### **Dieta ogólna**

- Pomidorowa z makaronem 300ml

wywar mięsny, koncentrat pomidorowy, mąka(gluten), marchew, seler, pietruszka, por, śmietana(laktoza)18%, jajka, sól, cukier

- Karczek z pieczarkami i cebulką 130g, ziemniaki z koperkiem 200g, sałatka z buraka i papryki 130g

karczek wieprzowy, mąka(gluten), pieczarki, cebula, buraki, papryka, sól, pieprz, cukier, olej rzepakowy, kwasek cytrynowy

Kompot 200ml

*PODWIECZOREK:* jogurt owocowy(laktoza)/kefir(laktoza)150g lub owoce sezonowe

### **Dieta cukrzycowa / trzustkowa**

- Pomidorowa z makaronem 300ml / koperkowa z makaronem

wywar mięsny, koncentrat pomidorowy, mąka(,gluten), marchew, seler, pietruszka, por, jajka, sól,

- Schab duszony w sosie własnym 130g, ziemniaki z koperkiem 200g, sałatka z buraka i papryki 130g / buraki gotowane

schab wieprzowy, mąka(gluten), sól, olej rzepakowy, buraki, papryka, kwasek cytrynowy

Kompot 200ml

*PODWIECZOREK:* jogurt naturalny(laktoza)/ kefir(laktoza)150g lub owoce sezonowe

*KOLACJA*

### **Dieta ogólna**

- Kanapki z dodatkami , herbata 200ml

chleb pszenny (gluten) 80g, chleb pełnoziarnisty (gluten)30g, ser żółty (laktoza)20g, ser topiony (laktoza) 15g, wędlina (soja, może zawierać mleko,gluten,seler,gorczycę)40g, masło 82% (laktoza)15g, sałatka z warzywna (gluten, gorczyca,laktoza,seler,jajko) / pasta z ryby wędzonej(laktoza, jajko)45g, warzywa świeże 55g

### **Dieta cukrzycowa / trzustkowa**

- Kanapki z dodatkami , herbata 200ml

chleb graham(gluten)100g, ser topiony (laktoza) 15g, wędlina (soja, może zawierać mleko,gluten,seler,gorczycę)40g, masło 82%(laktoza)15g, sałatka z warzywna (gluten, gorczyca,laktoza,seler,jajko) / pasta z ryby wędzonej(laktoza, jajko)45g, warzywa świeże 55g wędlina wp +drobiowa, miód, sałatka warzywna b/majonezu, warzywa

**Wartości odżywcze :** energia (kcal) 2326  
białko (g) 106,19  
tłuszcze (g) 78,24  
węglowodany (g) 308,50

**GALANTE  
OBIADY**

**TUTTO BENE  
CATERING**

Tutto Bene Sp. z o.o.  
90-434 Łódź  
UL. Piotrkowska 137/139  
Lok.U2  
Nip : 7252307782

---

## **MENU CZWARTEK**

### *ŚNIADANIE*

- Knapki z dodatkami, herbata 200ml

#### **Dieta ogólna**

chleb pszenny (gluten) 80g, chleb graham(gluten)30g, ser żółty(laktoza)20g, dżem/miód 25g, ser biały/twarożek z dodatkiem(laktoza)50g, wędlina(soja, może zawierać mleko,gluten,seler,gorczycę)40g,masło 82%(laktoza)15g, pasta jajeczna(jajka, laktoza)/pasta z soczewicy 45g, warzywa świeże 55g

#### **Dieta cukrzycowa / trzustkowa**

chleb graham(gluten) 100g, wędlina(soja, może zawierać mleko,gluten,seler,gorczycę)40g, ser biały/ twarożek z dodatkiem(laktoza)50g, masło 82%(laktoza)15g, pasta jajeczna(jajka, laktoza)/pasta z soczewicy 45g, warzywa świeże 55g

### *OBIAD*

#### **Dieta ogólna**

- Szczawiowa z ziemniakami 300ml

wywar mięsny, koncentrat szczawiowy, marchew, seler, pietruszka, por, mąka(gluten), śmietana(laktoza)18%, sól, piez,

- Wołowina w sosie chrzanowym 120g, kasza bulgur 200g, surówka z marchewki i jabłka ze śmietaną 130g

wołowina b/k, chrzan, kasza bulgur(gluten,soja,seler,gorczyca), marchew, sól, pieprz, cukier, olej rzepakowy, Smietana(laktoza)18%, margaryna (laktoza)

Kompot 200ml

*PODWIECZOREK:* jogurt owocowy(laktoza)/kefir(laktoza)150g lub owoce sezonowe

### **Dieta cukrzycowa / trzustkowa**

- Szczawiowa z ziemniakami 300ml / porowa z ziemniakami

wywar mięsny, koncentrat szczawiowy, marchew, seler, pietruszka, por, mąka(gluten), sól, piez,

- Wołowina w sosie chrzanowym 120g, kasza bulgur 200g, surówka z marchewki i jabłka ze oliwką 130g / wołowina w sosie pietruszkowym, marchewka gotowana

wołowina b/k, chrzan, kasza bulgur(gluten,soja,seler,gorczyca), marchew, sól, pieprz, olej rzepakowy, Smietana(laktoza)18%, margaryna (laktoza)

Kompot 200ml

*PODWIECZOREK*: jogurt naturalny(laktoza)/ kefir(laktoza)150g lub owoce sezonowe

*KOLACJA*

### **Dieta ogólna**

- Kanapki z dodatkami , herbata 200ml

chleb pszenny (gluten) 80g, chleb pełnoziarnisty (gluten)30g, ser żółty (laktoza)20g, ser topiony (laktoza) 15g, wędlina (soja, może zawierać mleko,gluten,seler,gorczycę)40g, masło 82% (laktoza)15g, sałatka z warzywna (gluten, gorczyca,laktoza,seler,jajko) / pasta z ryby wędzonej(laktoza, jajko)45g, warzywa świeże 55g

### **Dieta cukrzycowa / trzustkowa**

- Kanapki z dodatkami , herbata 200ml

chleb graham(gluten)100g, ser topiony (laktoza) 15g, wędlina (soja, może zawierać mleko,gluten,seler,gorczycę)40g, masło 82%(laktoza)15g, sałatka z warzywna (gluten, gorczyca,laktoza,seler,jajko) / pasta z ryby wędzonej(laktoza, jajko)45g, warzywa świeże 55g wędlina wp +drobiowa, miód, sałatka warzywna b/majonezu, warzywa

**Wartości odżywcze :**

energia (kcal)	2421
białko (g)	113,51
tłuszcze (g)	71,87
węglowodany (g)	344,10



**GALANTE  
OBIADY**

**TUTTO BENE  
CATERING**

Tutto Bene Sp. z o.o.  
90-434 Łódź  
UL. Piotrkowska 137/139  
Lok.U2  
Nip : 7252307782

---

## **MENU PIĄTEK**

### *ŚNIADANIE*

- Kanapki z dodatkami, herbata 200ml

### **Dieta ogólna**

chleb pszenny (gluten) 80g, chleb graham(gluten)30g, ser żółty(laktoza)20g, dżem/miód 25g, ser biały/twarożek z dodatkiem(laktoza)50g, wędlina(soja, może zawierać mleko,gluten,seler,gorczycę)40g,masło 82%(laktoza)15g, pasta jajeczna(jajka, laktoza)/pasta z soczewicy 45g, warzywa świeże 55g

### **Dieta cukrzycowa / trzustkowa**

chleb graham(gluten) 100g, wędlina(soja, może zawierać mleko,gluten,seler,gorczycę)40g, ser biały/ twarożek z dodatkiem(laktoza)50g, masło 82%(laktoza)15g, pasta jajeczna(jajka, laktoza)/pasta z soczewicy 45g, warzywa świeże 55g/ wędlina drobiowa, dżem, jajko, pasta z soczewicy, warzywa

### *OBIAD*

### **Dieta ogólna**

- Neapolitańska z makaronem 300ml

wywar mięsny, seler, marchewka, pietruszka, por, mąka(gluten), ser żółty(laktoza), sól, pieprz, liść laurowy, jajka, śmietana(laktoza)18%

- Kotlet z ryby 120g, ziemniaki z koperkiem 200g, surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłkiem 130g

filet z morszczuka, bułka tarta(gluten), jajka, kapusta kiszona, marchew, jabłka, sól, cukier, cebula, olej rzepakowy,

Kompot 200ml

*PODWIECZOREK:* jogurt owocowy(laktoza)/kefir(laktoza)150g lub owoce sezonowe

## **Dieta cukrzycowa / trzustkowa**

- Neapolitańska z makaronem 300ml

wywar mięsny, seler, marchewka, pietruszka, por, mąka(gluten), ser żółty(laktoza), sól, pieprz, liść laurowy, jajka, śmietana(laktoza)18%

- Kotlet z ryby 120g, ziemniaki z koperkiem 200g, surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłkiem 130g / pulpet z ryby w sosie jarzynowym 120g, jabłko parzone 1 szt

filet z morszczuka, bułka tarta(gluten), jajka, kapusta kiszona, marchew, jabłka, sól, cebula, olej rzepakowy,

Kompot b/c 200ml

*PODWIECZOREK*: jogurt naturalny(laktoza)/ kefir(laktoza)150g lub owoce sezonowe

*KOLACJA*

## **Dieta ogólna**

- Kanapki z dodatkami , herbata 200ml

chleb pszenny (gluten) 80g, chleb pełnoziarnisty (gluten)30g, ser żółty (laktoza)20g, ser topiony (laktoza) 15g, wędlina (soja, może zawierać mleko,gluten,seler,gorczycę)40g, masło 82% (laktoza)15g, sałatka z warzywna (gluten, gorczyca,laktoza,seler,jajko) / pasta z ryby wędzonej(laktoza, jajko)45g, warzywa świeże 55g

## **Dieta cukrzycowa / trzustkowa**

- Kanapki z dodatkami , herbata 200ml

chleb graham(gluten)100g, ser topiony (laktoza) 15g, wędlina (soja, może zawierać mleko,gluten,seler,gorczycę)40g, masło 82%(laktoza)15g, sałatka z warzywna (gluten, gorczyca,laktoza,seler,jajko) / pasta z ryby wędzonej(laktoza, jajko)45g, warzywa świeże 55g wędlina wp +drobiowa, miód, sałatka warzywna b/majonezu, warzywa

<b>Wartości odżywcze :</b> energia (kcal)	2297
białko (g)	108,47
tłuszcze (g)	73,41
węglowodany (g)	309,40

**GALANTE  
OBIADY**

**TUTTO BENE  
CATERING**

Tutto Bene Sp. z o.o.  
90-434 Łódź  
UL. Piotrkowska 137/139  
Lok.U2  
Nip : 7252307782

---

## **MENU SOBOTA**

### *ŚNIADANIE*

- Kanapki z dodatkami, herbata 200ml

#### **Dieta ogólna**

chleb pszenny (gluten) 80g, chleb graham(gluten)30g, ser żółty(laktoza)20g, dżem/miód 25g, ser biały/twarożek z dodatkiem(laktoza)50g, wędlina(soja, może zawierać mleko,gluten,seler,gorczycę)40g,masło 82%(laktoza)15g, pasta jajeczna(jajka, laktoza)/pasta z soczewicy 45g, warzywa świeże 55g

#### **Dieta cukrzycowa / trzustkowa**

chleb graham(gluten) 100g, wędlina(soja, może zawierać mleko,gluten,seler,gorczycę)40g, ser biały/ twarożek z dodatkiem(laktoza)50g, masło 82%(laktoza)15g, pasta jajeczna(jajka, laktoza)/pasta z soczewicy 45g, warzywa świeże 55g

### *OBIAD*

#### **Dieta ogólna**

- Marchwiowa z ziemniakami 300ml

wywar mięsny, mąka(gluten), marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, por, sól, pieprz, cukier

- Pulpet w sosie cebulowo-czosnkowym 120g, makaron 200g, kapusty czerwona gotowana 130g

mięso mielone wieprzowe, mąka(gluten), jajka, cebula, czosnek, kapusta czerwona, sól, pieprz, olej rzepakowy, cukier,

Kompot 200ml

*PODWIECZOREK:* jogurt owocowy(laktoza)/kefir(laktoza)150g lub owoce sezonowe

#### **Dieta cukrzycowa / trzustkowa**

- Marchwiowa z ziemniakami 300ml

wywar mięsny, mąka(gluten), marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, por, sól, pieprz,

- Pulpet w sosie jarzynowym 120g, makaron 200g, kapusty czerwona gotowana 130g / sałata z sosem vinegret

mięso mielone wieprzowe, mąka(gluten), jajka, cebula, marchew, seler, pietruszka, kapusta czerwona, sól, pieprz, olej rzepakowy,

Kompot b/c 200ml

*PODWIECZOREK*: jogurt naturalny(laktoza)/ kefir(laktoza)150g lub owoce sezonowe

*KOLACJA*

### **Dieta ogólna**

- Kanapki z dodatkami , herbata 200ml

chleb pszenny (gluten) 80g, chleb pełnoziarnisty (gluten)30g, ser żółty (laktoza)20g, ser topiony (laktoza) 15g, wędlina (soja, może zawierać mleko,gluten,seler,gorczycę)40g, masło 82% (laktoza)15g, sałatka z warzywna (gluten, gorczyca,laktoza,seler,jajko) / pasta z ryby wędzonej(laktoza, jajko)45g, warzywa świeże 55g

### **Dieta cukrzycowa / trzustkowa**

- Kanapki z dodatkami , herbata b/c 200ml

chleb graham(gluten)100g, ser topiony (laktoza) 15g, wędlina (soja, może zawierać mleko,gluten,seler,gorczycę)40g, masło 82%(laktoza)15g, sałatka z warzywna (gluten, gorczyca,laktoza,seler,jajko) / pasta z ryby wędzonej(laktoza, jajko)45g, warzywa świeże 55g wędlina wp +drobiowa, miód, sałatka warzywna b/majonezu, warzywa

<b>Wartości odżywcze :</b> energia (kcal)	2490
białko (g)	113,15
tłuszcze (g)	72,42
węglowodany (g)	355,94

**GALANTE  
OBIADY**

**TUTTO BENE  
CATERING**

Tutto Bene Sp. z o.o.  
90-434 Łódź  
UL. Piotrkowska 137/139  
Lok.U2  
Nip : 7252307782

---

## MENU NIEDZIELA

### ŚNIADANIE

- Kanapki z dodatkami, herbata 200ml

#### **Dieta ogólna**

chleb pszenny (gluten) 80g, chleb pełnoziarnisty(gluten)30g, ser żółty(laktoza)20g, dżem/miód 25g, ser biały/twarożek z dodatkiem(laktoza)50g, wędlina(soja, może zawierać mleko,gluten,seler,gorczycę)40g,masło 82%(laktoza)15g, pasta jajeczna(jajka, laktoza)/pasta z soczewicy 45g, warzywa świeże 55g

#### **Dieta cukrzycowa / trzustkowa**

chleb graham(gluten) 100g, wędlina(soja, może zawierać mleko,gluten,seler,gorczycę)40g, ser biały/ twarożek z dodatkiem(laktoza)50g, masło 82%(laktoza)15g, pasta jajeczna(jajka, laktoza)/pasta z soczewicy 45g, warzywa świeże 55g/ wędlina drobiowa, dżem, jajko, pasta z soczewicy, warzywa

### OBIAD

#### **Dieta ogólna**

- Ryż na jarzynach z zieleciną 300ml

wywar mięsny, ryż(gluten) , marchew, seler, pietruszka, por, jajka, sól, pieprz

- Kotlet mielony 120g, ziemniaki z koperkiem 200g, kapusta biała zasmażana z pomidorami 130g

mięso mielone, bułka tarta(gluten), jajka, sól, olej rzepakowy, kapusta biała, boczek(soja,gluten,laktoza),cukier, kwasek cytrynowy, liść laurowy, koncentrat pomidorowy

Kompot 200ml

*PODWIECZOREK:* jogurt owocowy(laktoza)/kefir(laktoza)150g lub owoce sezonowe

## **Dieta cukrzycowa / trzustkowa**

- Ryż na jarzynach z zieleniną 300ml

wywar mięsny, ryż(gluten) , marchew, seler, pietruszka, por, jajka, sól, pieprz

- Kotlet mielony 120g, ziemniaki z koperkiem 200g, kapusta biała zasmażana z pomidorami 130g / klopsik w sosie jarskim 120g, bukiet warzyw gotowanych 130g

mięso mielone, bułka tarta(gluten), jajka, sól, olej rzepakowy, kapusta biała, boczek(soja,gluten,laktoza), kwasek cytrynowy, liść laurowy, marchewka, seler, pietruszka, koperek, margaryna(laktoza), koncentrat pomidorowy

Kompot b/c 200ml

*PODWIECZOREK:* jogurt naturalny(laktoza)/ kefir(laktoza)150g lub owoce sezonowe

*KOLACJA*

## **Dieta ogólna**

- Kanapki z dodatkami , herbata 200ml

chleb pszenny (gluten) 80g, chleb pełnoziarnisty (gluten)30g, ser żółty (laktoza)20g, ser topiony (laktoza) 15g, wędlina (soja, może zawierać mleko,gluten,seler,gorczycę)40g, masło 82% (laktoza)15g, sałatka z warzywna (gluten, gorczyca,laktoza,seler,jajko) / pasta z ryby wędzonej(laktoza, jajko)45g, warzywa świeże 55g

## **Dieta cukrzycowa / trzustkowa**

- Kanapki z dodatkami , herbata b/c 200ml

chleb graham(gluten)100g, ser topiony (laktoza) 15g, wędlina (soja, może zawierać mleko,gluten,seler,gorczycę)40g, masło 82%(laktoza)15g, sałatka z warzywna (gluten, gorczyca,laktoza,seler,jajko) / pasta z ryby wędzonej(laktoza, jajko)45g, warzywa świeże 55g wędlina wp +drobiowa, miód, sałatka warzywna b/majonezu, warzywa

<b>Wartości odżywcze :</b> energia (kcal)	2228
białko (g)	108,7
łuszcze (g)	73,47
węglowodany (g)	290,50