

Posiłek / potrawa / składniki	DIETA BASIC LESS GLUTEN NO LACTOSE
Śniadanie Jogurt bez laktozy z granolą bezglutenową, owocami, orzechami i musem malinowym	Jogurt naturalny bez laktozy, Granola figa z kokosem bezglutenowa BIO 60 g - Papagrín, Orzechy arachidowe, Orzechy laskowe, Granat, Winogrona, Borówka amerykańska , Pomarańcza, Maliny, Cukier
Obiad Okoń jeziorny curry w mleczku kokosowym podany z kimchi oraz amarantusem	Okoń, świeży, Olej słonecznikowy, Kapusta pekińska, Papryka czerwona, Imbir świeży, Czosnek, Cebula, Marchew, Cukier, Amarantus, ziarno, gotowane, Papryka czerwona, Szpinak, Pomidor, Pietruszka, liście, Rzoszponka, Groszek zielony, Masło ekstra, Mleko kokosowe, Czerwona pasta curry House of Asia, Cukier brązowy , Papryka czerwona, Papryka żółta, Papryka zielona, Ananas, sos rybny
Kolacja Kremowy bezglutenowy makaron fusilli z indykiem, brokułami i groszkiem	Makaron świderki bezglutenowy ugotowany, Brokuły, gotowane w wodzie, Groszek zielony, gotowany w wodzie, Mięso z piersi indyka, bez skóry, Olej rzepakowy, Masło ekstra, Mąka ryżowa, Mleko bezlaktozowe 1,5%, Pomidory suszone, Słonecznik, nasiona, łuskane