

Posiłek / potrawa / składniki	DIETA BASIC LESS GLUTEN NO LACTOSE
Śniadanie Bezglutenowe tosty francuskie z owocami i syropem klonowym	Chleb tostowy bezglutenowy BEZGLUTEN 300g, Jaja kurze całe, Mleko bezlaktozowe 1,5%, Cukier, Masło ekstra, Banan, Borówka amerykańska , Granat, Sok cytrynowy, Syrop klonowy
Obiad Schab w sosie myśliwskim podany z ziemniakami pieczonymi oraz surówką z kapusty pekińskiej	Wieprzowina, schab surowy bez kości, Wieprzowina, boczek bez kości, ogórek korniszony, Bulion drobiowy, Pieczarka uprawna, świeża, Mąka ryżowa, Woda, Ziemniaki pieczone , Jabłko, Marchew, Kapusta pekińska, Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście, Słonecznik, nasiona, łuskane
Kolacja Tortilla bezglutenowa z dynią, indykiem i szpinakiem z sałwą pomidorową	Tortilla bezglutenowa Shar 80g, Mięso z piersi indyka, bez skóry, Dynia, Szpinak, Ser mozzarella bez laktozy, Oregano, Olej rzepakowy, Sól biała, Papryczka ostra chili, Pomidor, Cebula, Papryczka ostra chili, Sok z limonki, Kolendra (liście), Granat