

Przykładowe menu dzienne

Dieta CZOG

Śniadanie

- Serek wiejski light
- Szyńka z indyka
- Pomidor
- Pieczywo Wasa
- Herbata zielona b/c
- **Suplementacja /napar ziołowy, kapsułki, krople/**

II Śniadanie

- Jogurt naturalny
- **Suplementacja /błonnik/**

Obiad

- Pieczone udko z kurczaka
- Sałata zielona z sosem vinegre
- **Suplementacja /napar ziołowy/**

Podwieczorek

- Jogurt naturalny
- **Suplementacja /błonnik/**

Kolacja

- Ser żółty niskotłuszczowy
- Filet drobiowy pieczony bez skóry
- Papryka zielona świeża
- Pieczywo Wasa
- Herbata czerwona b/c
- **Suplementacja /napar ziołowy, kapsułki, krople/**

Dodatkowo do menu dziennego:

- **1,5 litra wody mineralnej**

Diety można zamówić do dowolnego rodzaju pobytu w naszym Ośrodku, w opcji z konsultacją dietetyka lub bez konsultacji.

