

Śniadanie Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 22.02.24



- Pasta z twarogu koperkiem 55g (*białko mleka krowiego*),
- Wędlina drobiowo-wieprzowa 40g (*może zawierać gluten, białko mleka krowiego, białko sojowe*),
- Papryka 30g ,
- Ogórek plastry 30g ,
- Sałata 5g ,
- Chleb razowy 140g (*gluten*)
- Herbata 200 ml

Obiad Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 22.02.24



- Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (*białko mleka krowiego, seler*),
- Udko z kurczaka pieczone 150g,
- Sos koperkowy 60g (*seler*),
- Kasza pęczak 160g (*gluten*),
- Surówka z ogórków kiszonych 100g (*gorczyca*),
- Kompot bez cukru 200ml ,