

### Śniadanie Dieta Łatwostrawna 19.03.24



- Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100g
- Szynka drobiowa 40g ( *może zawierać gluten, białko mleka krowiego, soje,*)
- Pomidor sparzony 60g ,
- Sałata 10g ,
- Masło 10g ( *białko mleka krowiego*),
- Herbata 200ml ,
- Bułka wrocławska 80g ( *gluten*),

### Obiad Dieta Łatwostrawna 19.03.24



- Barszcz czerwony lekkostrawny 300g,
- Pierś z kurczaka pieczona 100g ,
- Sos jarzynowy 60g (*seler*),
- Ziemniaki gotowane 160g,,
- Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100g (*białko mleka krowiego*),
- Kompot 200ml ,