

Śniadanie Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 22.03.24



- Jogurt naturalny 100g – 1 sztuka (*białko mleka krowiego*)
- Jajko gotowane na twardo 0,5 sztuki
- Wędlina drobiowo-wieprzowa 40g (*może zawierać gluten, białko mleka krowiego, białko sojowe*),
- Papryka 30g ,
- Ogórek plastry 30g ,
- Sałata 5g ,
- Masło 10g (*białko mleka krowiego*),
- Chleb razowy 140g (*gluten*)
- Herbata 200 ml

Obiad Dieta łatwostrawna 22.03.24



- Zupa pomidorowa z ryżem 300g (*soja*),
- Ryba pieczona z warzywami 120g (*seler*),
- Ziemniaki gotowane 160g
- Surówka z selera, marchwi i brzoskwini 100g (*białko mleka krowiego, seler*),
- Kompot 200ml

