

Śniadanie Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8.02.24



- Pasta z twarogu z 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 8.02.24



- Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną 300g (*białko mleka krowiego, seler*),
- Potrawka z kurczaka lekkostrawna 220g (*seler*),
- Kasza gryczana 160g ,
- Surówka z ogórków kiszonych 100g (*gorczyca*),
- Kompot bez cukru 200ml,