

### Śniadanie Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 11.10.24



- Jogurt naturalny 100g (*białko mleka krowiego*),
- Pasta jajeczna z natką pietruszki jogurtem 55g (*białko mleka krowiego, jaja*),
- Wędlina drobiowo-wieprzowa 40g (*może zawierać gluten, białko mleka krowiego, białko sojowe*),
- Papryka 30g ,
- Ogórek kiszony 40g ,
- Sałata 10g ,
- Masło 10g (*białko mleka krowiego*),
- Chleb razowy 140g (*gluten*)
- Herbata 200 ml

### Obiad Dieta łatwostrawna 11.10.24



- Zupa krem z białych warzyw (*seler*)
- Ryba pieczona 100g (*ryba*),
- Sos pietruszkowy 60 g (*białko mleka krowiego*)
- Ziemniaki 160g ,
- Surówka z marchwi, selera i brzoskwini z jogurtem 100g (*białko mleka krowiego, seler*)
- Kompot 200ml