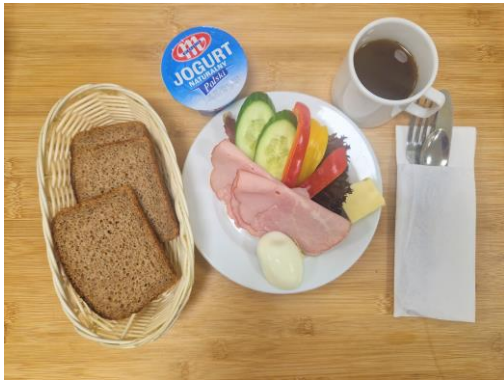


Śniadanie Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8.11.24



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

Obiad z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8.11.24



- Zupa fasolowa 300g (*seler*),
- Pulpet z ryby 100 (*gluten, jaja*),
- Sos pietruszkowy na mleku roślinnym 50g (*soja*)
- Ziemniaki gotowane 160g
- Surówka z kapusty kiszonych 100g
- Kompot bez cukru 200ml