

### Śniadanie Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 13.11.24



- Jogurt naturalny 100g (*białko mleka krowiego*),
- Pasta jajeczna 55g (*jaja, białko mleka krowiego*)
- Szynka wieprzowo-drobiowa 40g (*może zawierać gluten, mleko, soję,*)
- Ogórek plastry 40 g
- Papryka 40 g
- Chleb razowy 150g (*gluten*),
- Sałata 10g,
- Masło 10g (*mleko*),
- Herbata 200ml,

### Obiad Dieta łatwostrawna 13.11.24



- Zupa krem z dyni,
- Pierogi z serem polane jogurtem 5 sztuk (*białko mleka krowiego, gluten, jaja*)
- Brzoskwinia 40 g
- Kompot 200ml ,