

Śniadanie Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 25.06.24



- Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100g (*jaja*)
- Wędlina drobiowo-wieprzowa 40g (*może zawierać gluten, białko mleka krowiego, białko sojowe*),
- Papryka 30g ,
- Ogórek plastry 30g ,
- Sałata 5g ,
- Masło 10 g (*białko mleka krowiego*)
- Chleb razowy 140g (*gluten*)
- Herbata 200 ml

Obiad Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 25.06.24



- Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (*seler, białko mleka krowiego*),
- Roladka z kurczaka z warzywami 120g (*seler*),
- Ziemniaki 160g ,
- Sałatka z gotowanego buraczka z natką pietruszki 100g ,
- Kompot 200ml