

Śniadanie Dieta Łatwostrawna 30.07.24



- Pieczony omlet ze szpinakiem i cukinią 100g (*jaja*)
- Szyńka drobiowa 40g (*może zawierać gluten, mleko, soję,*)
- Pomidor sparzony 60g ,
- Sałata 10g ,
- Masło 10g (*mleko*),
- Herbata 200ml ,
- Bułka wrocławska 80g (*gluten*),

Obiad Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 30.07.24



- Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną 300g (*białko mleka krowiego, seler*),
- Roladka z kurczaka z włoszczyzną pieczoną 120g (*seler*),
- Sos jarzynowy 60g (*seler*),
- Kasza bulgur (*gluten*) 160g
- Surówka z czerwonej kapusty 100g (*sezam*)
- Kompot bez cukru 200ml ,