

### Kolacja Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 13.08.24



- Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100g (*jaja białko mleka krowiego, seler*),
- Ser żółty 30g (*białko mleka krowiego*),
- Wędlina drobiowo-wieprzowa 40g (*może zawierać gluten, białko mleka krowiego, białko sojowe*),
- Pomidor 60g
- Sałata 10g,
- Masło 10g (*białko mleka krowiego*),
- Chleb razowy 140g (*gluten*)
- Herbata 200 ml

### Obiad Dieta łatwostrawna 13.08.24



- Zupa pomidorowa z ryżem 300g (*soja*),
- Udko z kurczaka pieczone 150g,
- Sos jarzynowy 60g (*seler*),
- Ziemniaki gotowane 160g,
- Sałatka z gotowanego buraczka z natką 100g,
- Kompot 200ml,