

Śniadanie Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6.08.24



- Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100g (*jaja*),
- Wędlina drobiowo-wieprzowa 40g (*może zawierać gluten, białko mleka krowiego, białko sojowe*),
- Rzodkiewka 45g ,
- Ogórek plastry 30g ,
- Sałata 10g ,
- Masło 10g (*białko mleka krowiego*),
- Chleb razowy 140g (*gluten*)
- Herbata 200 ml

Obiad Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6.08.24



- Zupa węgierska 300g (*białko mleka krowiego, seler*),
- Pierś z kurczaka pieczona 100g ,
- Sos jarzynowy 60g (*seler*)
- Kasza pęczak 160g (*gluten*),
- Ogórki małosolne 100g
- Kompot bez cukru 200ml,