

Śniadanie Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 20.01.25



- Jogurt naturalny 100g – 1 sztuka (*białko mleka krowiego*),
- Ser żółty 30g (*białko mleka krowiego*),
- Wędlina drobiowo-wieprzowa 40g (*może zawierać gluten, białko mleka krowiego, białko sojowe*),
- Papryka 30g ,
- Ogórek plastry 30g ,
- Sałata 10g ,
- Masło 10g (*białko mleka krowiego*),
- Chleb razowy 140g (*gluten*)
- Herbata 200 ml

Obiad Dieta łatwostrawna 20.01.25



- Zupa krem z białych warzyw 300ml (*seler*),
- Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120g (*gluten, jaja*)
- Sos pietruszkowy 60 g)
- Kasza kuskus 160g (*gluten*)
- Cukinia pieczona 100g
- Kompot 200ml