

### Śniadanie Dieta Łatwostrawna 16.10.25



- Ser biały 60g (*mleko*)
- Szynka drobiowa 40g (*może zawierać gluten, mleko, soje,*)
- Pomidor sparzony 60g ,
- Sałata 10g ,
- Produkt tłuszczowy do smarowania 10g (*mleko*),
- Herbata 200ml ,
- Bułka wrocławska 80g (*gluten*),

### Obiad Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 16.10.25



- Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (*mleko, seler*)
- Pulpet drobiowy pieczony 100g (*gluten, jaja*),
- Sos pomidorowy 60g
- Kasza pęczak 160g (*gluten*)
- Surówka z pora 100g (*jaja, gorczyca*)
- Kompot bez cukru 200ml,