

### Śniadanie Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3.10.25



- jogurt 100 1szt (*mleko*),
- Ser żółty 30 g (*mleko*),
- Wędlina wieprzowo-drobiowa 40g (*może zawierać gluten, mleko, białko sojowe*),
- Papryka 30g ,
- Ogórek 40g ,
- Sałata 10g
- Produkt tłuszczowy do smarowania 10g (*mleko*),
- Chleb razowy 140g (*gluten*)
- Herbata 200 ml

### Obiad Dieta łatwostrawna 3.10.25



- Zupa krem z cukinii 300 ml
- Ryba po grecku łatwostrawna 120g (*seler, ryba*)
- Ziemniaki gotowane 180g
- Surówka z marchwi, selera i brzoskwini (*mleko, seler*)
- Kompot 200ml