

### Śniadanie Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 10.12.25



- Jogurt naturalny 100g (*mleko*)
- Pasta z twarogu z koperkiem 55g (*mleko*),
- Wędlina wieprzowo-drobiowa 40g (*może zawierać gluten, mleko, białko sojowe*),
- Papryka 40g
- Ogórek 40g
- Sałata 10g
- Produkt tłuszczowy do smarowania 10g, (*mleko*)
- Chleb razowy 140g (*gluten*)
- Herbata 200 ml

### Obiad Dieta łatwostrawna 10.12.25



- Zupa jarzynowa z natką pietruszki 300 ml (*seler*)
- Pierogi z serem polane jogurtem 250g (*gluten, jaja, mleko*)
- Brzoskwinia 40g
- Kompot 200 ml,