

### Obiad Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów 17.12.25



- Zupa grochowa 300 ml (seler)
- Zapiekany makaron ze szpinakiem i serem 300g (*gluten, mleko*)
- Sos jogurtowy z koperkiem 60g (*mleko*)
- Surówka z pora 100g (*jaja, gorczyca,*)
- Kompot bez cukru 200ml,

### Kolacja Dieta Łatwostrawna 17.12.25



- Pasta warzywna 55g (*seler*)
- Jajko gotowane na twardo 0,5 sztuki (*jaja*)
- 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*)