

Śniadanie Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 31.01.25



- Jogurt naturalny 100g 1 sztuka (*białko mleka krowiego*),
- Jajko gotowane 0,5 sztuki (*jaja*),
- Wędlina drobiowo-wieprzowa 40g (*może zawierać gluten, białko mleka krowiego, białko sojowe*),
- Papryka 30g ,
- Ogórek plastry 30g ,
- Sałata 10g ,
- Margaryna 10g
- Chleb razowy 140g (*gluten*)
- Herbata 200 ml

Obiad Dieta łatwostrawna 31.01.25



- Zupa koperkowa z ziemniakami (*białko mleka krowiego, seler*) 300ml
- Ryba pieczona 100g (*ryba*)
- Sos z natki pietruszki 60 g
- Ziemniaki gotowane 160g
- Surówka z marchwi, selera i brzoskwini 100g
- Kompot 200ml