

Śniadanie Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 7.04.25



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

Obiad Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów 7.04.25



- Zupa szpinakowa 300ml (*mleko, seler*),
- Pulpet wieprzowy 100g (*gluten, jaja*),
- Kasza bulgur (*gluten*) 160g,
- Sos pietruszkowy zabielały 60g (*mleko*)
- Surówka z kapusty pekińskiej 100 g
- Kompot bez cukru 200 ml ,