

Śniadanie Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 7.07.25



- Jogurt naturalny 100 g (mleko)
- Pasta z twarogu z koperkiem 55g (mleko),
- Wędlina wieprzowo-drobiowa 40g (może zawierać gluten, mleko, białko sojowe),
- Rzodkiewka 45g
- Ogórek 30g
- Szpinak 5g ,
- Produkt tłuszczowy do smarowania 10g, (mleko)
- Chleb razowy 140g (gluten)
- Herbata 200 ml

Obiad Dieta łatwostrawna 7.07.25



- Zupa krem z marchwi
- Roladka ze schabu z warzywami 120g (seler)
- Sos z natki pietruszki 60g
- Ziemniaki gotowane 180g
- Sałatka z gotowanego buraczka z natką pietruszki 100g
- Kompot 200ml,