

Śniadanie Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 17.07.25



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

Obiad Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 17.07.25



- Zupa krem z białych warzyw 300 ml (seler)
- Gulasz drobiowy 220g (seler)
- Kasza pęczak 160g (gluten)
- Kapusta po chińsku 100g
- Kompot bez cukru 200ml,