

Śniadanie Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 21.07.25



- jogurt 100 1szt (*białko mleka krowiego*),
- Jajko gotowane na twardo 0,5 sztuki 55g (*jaja*),
- Wędlina wieprzowo-drobiowa 40g (*może zawierać gluten, białko mleka krowiego, białko sojowe*),
- Papryka 30g ,
- Ogórek 40g ,
- Sałata 10g
- Produkt tłuszczowy do smarowania 10g (*białko mleka krowiego*),
- Chleb razowy 140g (*gluten*)
- Herbata 200 ml

Obiad Dieta łatwostrawna 21.07.25



- Zupa koperkowa z makaronem zabieleną 300g (*białko mleka krowiego, seler, gluten, jaja*)
- Gulasz wp łatwostrawny 220g (*seler*)
- Kasza kuskus 160g (*gluten*)
- Cukinia pieczona 100 g
- Kompot 200ml