

### Śniadanie Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 11.08.25



- Jogurt naturalny 100g (*mleko*)
- Pasta z jajeczna z koperkiem 55g (*mleko*),
- Wędlina wieprzowo-drobiowa 40g (*może zawierać gluten, mleko, białko sojowe*),
- Papryka 40g
- Ogórek 30g
- Sałata 10g
- Produkt tłuszczowy do smarowania 10g, (*mleko*)
- Chleb razowy 140g (*gluten*)
- Herbata 200 ml

### Obiad Dieta łatwostrawna 11.08.25



- Ryżanka 300 ml (*seler*)
- Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g (*jaja, gluten*)
- Sos z natki pietruszki 60g
- Kasza jęczmienna gotowana 160g (*gluten*)
- Cukinia pieczona 100g
- Kompot 200ml,