

Kolacja Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 31.07.25



- Naleśnik gryczany z serem 1 sztuka (*jaja, mleko*),
- Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 g (*jaja, mleko*),
- Wędlina wieprzowo-drobiowa 40g (*może zawierać gluten, mleko, soję*),
- Pomidor 60g ,
- Sałata 10g ,
- Produkt tłuszczowy do smarowania 10g (*białko mleka krowiego*),
- Chleb razowy 140g (*gluten*)
- Herbata 200 ml

Obiad Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 31.07.25



- Zupa jarzynowa z fasolką szparagową 300 ml, (*mleko, seler*)
- Udko z kurczaka pieczone 150g
- Sos jarzynowy 60g (*seler*)
- Ryż brązowy 160g
- Surówka z marchwi z chrzanem 100g (*mleko*)
- Kompot bez cukru 200ml ,