

Śniadanie Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 9.04.24



- Ser żółty 30g (*białko mleka krowiego*)
- Wędlina drobiowo-wieprzowa 40g (*może zawierać gluten, białko mleka krowiego, białko sojowe*),
- Papryka 30g ,
- Ogórek plastry 30g ,
- Sałata 5g ,
- Masło 10g (*białko mleka krowiego*),
- Chleb razowy 140g (*gluten*)
- Herbata 200 ml

Obiad Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 9.04.24



- Zupa fasolowa 300g (*seler*),
- Gulasz drobiowy 220g (*seler*)
- Kasza pęczak 160g (*gluten*),
- Surówka z białej rzepy 100g (*jaja, gorczyca,*)
- Kompot bez cukru 200ml ,