

DATA	KCAL	DIETA Z NISKIM INDEKSEM GLIKEMICZNYM
PONIEDZIAŁEK 6.10	520 kcal	Barszczyk biały (1, 9) z ziemniakami i jajkiem (3) Bezglutenowy makaron z sosem z napoli Kompot 200ml
WTOREK 7.10	530 kcal	Zupa (9) kalafiorowa Nuggetsy drobiowe (1) ziemniaki parowana fasolka szparagowa z masłem (7) Kompot 200ml
ŚRODA 8.10	520 kcal	Zupa (9) ryżanka Kartacze z mięsem wieprzowym 3 szt. mix warzyw z sosem vinegret Kompot 200ml
CZWARTEK 9.10	540 kcal	Krupnik (9) Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z warzywami i ryżem Kompot 200ml
PIĄTEK 10.10	500 kcal	Zupa pomidorowa (9) z makaronem (1) Filet rybny (4) z pieca z ziemniaczkami surówka z kapusty kiszzonej z jabłkiem i cebulką Kompot 200ml