

Śniadanie i obiad dieta podstawowa

27.11.2023r.

2023-11-27



Zacierka na mleku 300 ml / hummus gotowy 115 g / schab 40 g / ogórek 50 g / pomidor 50 g / masło 10 g / chleb pszenny 50 g / chleb razowy 30 g / herbata z cytryną 250 ml



Zupa ziemniaczana z pomidorami 350 ml / strogonow ze schabu duszony z warzywami 250 g /
kasza bulgur gotowana 180 g / kompot 250 ml