

Dieta

bezglutenowa



PONIEDZIAŁEK 08.12

pieczone udko z kurczaka,

opiekane ziemniaczki,

surówka z białej rzodkwi z rodzynkami

WTOREK 09.12

gulasz z szynki wieprzowej, kasza gryczana,

ogórek kiszony

ŚRODA 10.12

fajitas z ryżem (grilowany kurczak

z warzywami) surówka wielowarzywna

CZWARTEK 11.12

panierowany filec z kurczaka,

ziemniaki gotowane,

surówka z marchwi, jabłek i chrzanu

PIĄTEK 12.12

makaron z musm truskawkowym

