

### **Śniadanie- dieta podstawowa**

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g  
chleb pszenny- 70g; chleb żytni razowy- 30g; masło extra- 10g; szynka wiejska- 40g; pasta z zielonego groszku- 50g; pomidor- 60g; sałata- 12g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta podstawowa**

Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana- 450g; Gołąbki w sosie pomidorowym- 360g; ziemniaki gotowane z koperkiem- 203g; sałata z dressingiem jogurtowym- 170g; kompot z owoców mrożonych- 200g

### **Śniadanie- dieta łatwostrawna**

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g  
bułka wrocławska- 100g; masło extra- 10g; szynka wiejska- 60 g; pomidor b/ skóry- 60g; sałata- 12g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta łatwostrawna**

Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana- 450g; Filet z indyka w sosie- 205g; ziemniaki gotowane z koperkiem- 203g; sałata z dressingiem jogurtowym- 170g; kompot z owoców mrożonych- 200g