

### **Śniadanie- dieta podstawowa**

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g  
chleb pszenny- 70g; chleb żytni razowy- 30g; masło extra- 10g; pasta twarogów z koperkiem- 80g; roszonek- 12g; ogórek- 65g; kiwi- 80g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta podstawowa**

Zupa wielowarzywna z ryżem- 450g; Filet z dorsza panierowany- 175g; ziemniaki gotowane z koperkiem- 200g; surówka z kiszanej kapusty- 150g; kompot z owoców mrożonych- 200g

### **Śniadanie- dieta łatwostrawna**

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g  
bułka wrocławska- 100g; masło extra- 10g; pasta twarogów z koperkiem- 80g; roszonek- 12g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta łatwostrawna**

Zupa wielowarzywna z ryżem- 450g; Dorsz pieczony z sosem koperkowym- 246g; ziemniaki gotowane z koperkiem- 203g sałata masłowa olejem- 150g; kompot z owoców mrożonych- 200g