

### **Śniadanie- dieta podstawowa**

Zupa mleczna z kasza manną- 300g  
chleb pszenny- 30g; bułka grahamka- 50g; masło extra- 10g; pasta twarożek z koperkiem- 108g; sałata masłowa- 12g; rzodkiewka- 50g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta podstawowa**

Zupa pomidorowa z ryżem- 450g; Pieczone kotlety mielone z warzywami- 186g; ziemniaki z koprem- 203g; mizeria z jogurtem- 290g; woda z cytryną i miętą- 200g

### **Śniadanie- dieta łatwostrawna**

Zupa mleczna z kasza manną- 300g  
bułka wrocławska- 100g; masło extra- 10g; pasta twarożek z koperkiem- 108g; sałata masłowa- 12g; gruszka pieczona- 130g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta łatwostrawna**

Zupa pomidorowa z ryżem- 450g; Bitki ze schabu duszone w białym sosie- 256g; ziemniaki z koprem- 203 sałata masłowa z dressingiem jogurtowym- 170g; woda z cytryną i miętą- 200g