

### **Śniadanie- dieta podstawowa**

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g  
chleb pszenny- 30g; bułka grahamka- 50g; masło extra- 10g; pasta twaróg z koperkiem- 108; sałata- 12g; rzodkiewka- 60g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta podstawowa**

Zupa szczawiowa z jajkiem- 450g; Schab w sosie własnym- 181g; ziemniaki z koprem- 203g; surówka z marchewki i jabłka z olejem- 150g; kompot z owoców mrożonych- 200g

### **Śniadanie- dieta łatwostrawna**

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g  
bułka wrocławska- 100g; masło extra- 10g; pasta twaróg z koperkiem- 108; sałata- 12g; pomidor b/skóry- 60g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta łatwostrawna**

Zupa grysikowa- 450g; Bitki ze schabu duszone w sosie białym- 285g; ziemniaki z koprem- 203g; surówka z marchewki i jabłka z olejem- 150g; kompot z owoców mrożonych- 200g