

Śniadanie- dieta podstawowa

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 300g
chleb pszenny- 70g; chleb żytni razowy- 30g; masło extra- 10g; serek twarogowy ziarnisty- 200g; pomidory 60g; kiełki 5g; sałata- 12g herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g;

Obiad- dieta podstawowa

Barszcz czerwony z fasolą- 450g; Kotlety jajeczne smażone 151g; sos pieczarkowy 115 g; ziemniaki z koprem- 203g; mizeria z jogurtem- 290g; kompot z owoców mrożonych- 200g

Śniadanie- dieta łatwostrawna

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g
bułka wrocławska- 100g; masło extra- 10g; serek twarogowy ziarnisty- 200g; pomidory bez skóry 60 g; kiełki 5- g; sałata- 12g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

Obiad- dieta łatwostrawna

Barszcz czerwony- 450g; Dorsz pieczony- 141g; ziemniaki z koprem- 203g; sałata z dressingiem koperkowym- 170g; kompot z owoców mrożonych- 200g