

### **Śniadanie- dieta podstawowa**

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g  
chleb pszenny- 70g; chleb żytni razowy- 30g; masło extra- 10g; szynka z wiejska- 20g; pasta z zielonego groszku- 105g; roszponka- 12g; papryka- 75g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta podstawowa**

Zupa z zielonej soczewicy- 450g; Spaghetti z mięsem mielonym- 420g; sałatka z dressingiem jogurtowym- 175g; kompot z owoców mrożonych- 250g

### **Śniadanie- dieta łatwostrawna**

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g  
bułka wrocławska- 100g; masło extra- 10g; szynka wiejska- 60g; roszponka- 12g; banan- 80g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta łatwostrawna**

Zupa grysikowa- 450g; Makaron z sosem mięsno-warzywnym- 450g; sałatka z dressingiem jogurtowym- 175g; kompot z owoców mrożonych- 250g