

### **Śniadanie- dieta podstawowa**

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g  
chleb pszenny- 35g; bułka grahamka- 50g; masło extra- 10g; ser żółty- 20g; polędwica  
sopocka- 40g; pomidor- 60g; roszonek- 12g; mandarynka- 50g, herbata czarna, parzona,  
napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta podstawowa**

Zupa ryżowa- 450g; Kotlet drobiowy- 180g; ziemniaki z koperkiem- 203g; sałata masłowa  
z dressingiem jogurtowym- 170g; kompot z owoców mrożonych- 200g

### **Śniadanie- dieta łatwostrawna**

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g  
bułka wrocławska- 100g; masło extra- 10g; polędwica sopocka- 60 g; pomidor b/skóry- 60g;  
roszonek- 12g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta łatwostrawna**

Zupa ryżowa- 450g; Filet z kurczaka w sosie- 230g; ziemniaki z koperkiem- 203g; sałata  
masłowa z dressingiem jogurtowym- 170g; kompot z owoców mrożonych- 200g