

Śniadanie- dieta podstawowa

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 300g
chleb pszenny- 70g; chleb żytni razowy- 30g; masło extra- 10g; serek twarogowy ziarnisty- 200g; papryka czerwona- 75g; kiwi- 80g; sałata- 12g herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g;

Obiad- dieta podstawowa

Zupa meksykańska- 450g; Makaron z twarogiem i sosem truskawkowym- 340g; sok pomidorowy- 300g

Śniadanie- dieta łatwostrawna

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g
bułka wrocławska- 100g; masło extra- 10g; serek twarogowy ziarnisty- 200g; gruszka pieczona- 130g; sałata- 12g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

Obiad- dieta łatwostrawna

Zupa grysikowa- 450g; Dorsz pieczony- 141g; sałata masłowa z olejem- 150g; ziemniaki z koprem- 203g; sok pomidorowy- 300g