

### **Śniadanie- dieta podstawowa**

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g  
chleb pszenny- 70g; chleb pszenny- 30g; masło extra- 10g; polędwica sopocka- 40g; humus- 40g; sałata- 12g; pomidor- 60g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta podstawowa**

Zupa pomidorowa z ryżem- 450g; Kotlet schabowy smażony- 181g; ziemniaki z koprem- 203g; sałatka z sosem koperkowym- 150g; kompot z owoców mrożonych- 200g

### **Śniadanie- dieta łatwostrawna**

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

### **Obiad- dieta łatwostrawna**

Zupa pomidorowa z ryżem- 450g; Bitki ze schabu duszone w białym sosie- 285g; ziemniaki z koprem- 203g; sałatka z sosem koperkowym- 150g; kompot z owoców mrożonych- 200g