

Śniadanie- dieta podstawowa

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

Obiad- dieta podstawowa

Zupa ogórkowa zabieleniana- 450g; Makaron z pesto i kurczakiem- 420g; kompot z owoców mrożonych- 200g

Śniadanie- dieta łatwostrawna

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

Obiad- dieta łatwostrawna

Zupa grysikowa- 450g; Makaron z brokułem, serem i pomidorem- 486g; kompot z owoców mrożonych- 200g