

### **Śniadanie- dieta podstawowa**

Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi- 300g  
chleb pszenny- 70g; chleb żytni razowy- 30g; masło extra- 10g; polędwica sopocka- 20g;  
pasta warzywna- 40g; papryka czerwona- 75g; sałata- 12g; herbata czarna, parzona, napar bez  
cukru- 250g

### **Obiad- dieta podstawowa**

Zupa gołąbkowa- 450g; Pieczona pierś z indyka z migdałami i suszonymi pomidorami- 170g;  
ziemniaki z koprem- 203g; sałatka z sosem koperkowym- 150g; kompot z owoców  
mrożonych- 200g

### **Śniadanie- dieta łatwostrawna**

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

### **Obiad- dieta łatwostrawna**

Zupa ryżowa- 450g; Pierś z indyka duszona w białym sosie- 285g; ziemniaki z koprem- 203g;  
sałatka z sosem koperkowym- 150g; kompot z owoców mrożonych- 200g