

### **Śniadanie- dieta podstawowa**

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g  
chleb pszenny- 70g; chleb żytni razowy- 30g; masło extra- 10g; szynka wiejska- 40g; pasta warzywna- 40g; roszonek- 12g; pomidor- 60g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta podstawowa**

Zupa z zielonej soczewicy- 450g; Spaghetti z mięsem mielonym- 420g; sałatka z dressingiem jogurtowym- 170g; kompot z owoców mrożonych- 200g

### **Śniadanie- dieta łatwostrawna**

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

### **Obiad- dieta łatwostrawna**

Zupa grysikowa- 450g; Makaron z sosem mięsno-warzywnym- 450g; sałatka z dressingiem jogurtowym- 170g; kompot z owoców mrożonych- 200g