

**Śniadanie- dieta podstawowa**

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g

chleb pszenny- 70g; chleb żytni razowy- 30g; masło extra- 10g; szynka kanapkowa- 20g; humus- 40g; roszponka- 12g; rzodkiewka- 50g; kiełki- 5g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

**Obiad- dieta podstawowa**

Zupa ogórkowa z ziemniakami zabelana- 450g; Kotlet schabowy smażony- 200g; 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; szynka drobiowa- 60g; roszponka- 12g; kiełki- 5g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

**Obiad- dieta łatwostrawna**

Zupa ryżowa- 450g; Bitki ze schabu w białym sosie- 256g; ziemniaki z koprem- 203g; sałatka z sosem koperkowym 150g; kompot z owoców mrożonych- 200g