

### **Śniadanie- dieta podstawowa**

Zupa mleczna z ryżem- 300g  
chleb pszenny- 70g; chleb żytni razowy- 30g; masło extra- 10g; szynka wiejska- 40g; ser gouda- 20g; sałata- 12g; pomidor- 60g; mandarynka- 50g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta podstawowa**

Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabelana- 450g; Pieczona pierś z indyka z migdałami i suszonymi pomidorami- 170g; ziemniaki z koprem- 203g; surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem- 150g; kompot z owoców mrożonych- 200g

### **Śniadanie- dieta łatwostrawna**

Zupa mleczna z ryżem- 300g  
bułka wrocławska- 100g; masło extra- 10g; szynka wiejska- 60g; sałata- 12g; pomidor b/skóry- 60g; gruszka pieczona; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta łatwostrawna**

Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabelana- 450g; Filet z indyka w sosie- 205g; ziemniaki z koprem- 203g; surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem- 150g; kompot z owoców mrożonych- 200g