

Śniadanie- dieta podstawowa

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g
chleb pszenny- 70g; chleb żytni razowy- 30g; masło extra- 10g; humus- 40g; szynka wiejska- 40g; sałata- 12g; papryka czerwona- 75g; kiwi- 80g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

Obiad- dieta podstawowa

Rosół z makaronem- 450g; Pieczone udko z kurczaka- 220g; ziemniaki z koprem- 203g; surówka z marchewki z chrzanem- 150g; kompot z owoców mrożonych- 200g

Śniadanie- dieta łatwostrawna

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g
bułka wrocławska- 100g; masło extra- 10g; sałata- 12g; szynka wiejska- 60g; banan- 80g; 60g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

Obiad- dieta łatwostrawna

Rosół z makaronem- 450g; Udko z kurczaka w sosie- 180g; ziemniaki z koprem- 203g; surówka z marchewki i jabłka z olejem- 150g; kompot z owoców mrożonych- 200g