

### **Śniadanie- dieta podstawowa**

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 300g  
chleb pszenny- 60g; chleb żytni razowy- 30g; masło extra- 10g; serek naturalny- 75g; szynka wiejska- 40g; ogórek kiszony- 50g; kiwi- 80g; roszponka- 12g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g;

### **Obiad- dieta podstawowa**

Zupa wielowarzywna z ryżem- 450g; Filet z dorsza panierowany- 175,5g; ziemniaki z koprem- 203g; surówka z kiszonej kapusty, jabłka i marchwi- 157g; herbata owocowa, napar- 200g

### **Śniadanie- dieta łatwostrawna**

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g  
bułka wrocławska- 100g; masło extra- 10g; serek naturalny- 75g; szynka wiejska- 40g; roszponka- 12g; pomidory b/skóry- 60g; gruszka pieczona- 130g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta łatwostrawna**

Zupa wielowarzywna z ryżem- 450g; Dorsz pieczony- 142g; sałata masłowa z olejem- 155g; ziemniaki z koprem- 203 g; ; herbata owocowa, napar- 200g