

Śniadanie- dieta podstawowa

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g
chleb pszenny- 70g; chleb żytni razowy- 30g; margaryna miękka, 60% tłuszczu- 10g;
polędwica sopočka- 60g; papryka czerwona- 75g; sałata- 12g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

Obiad- dieta podstawowa

Zupa jarzynowa z ziemniakami zabiłana- 450g; Spaghetti z mięsem mielonym- 420g; sałata masłowa z dressingiem jogurtowym- 170g; kompot z owoców mrożonych- 200g

Śniadanie- dieta łatwostrawna

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g
bułka wrocławska- 100g; margaryna miękka, 60% tłuszczu- 10g; polędwica sopočka- 60g;
sałata- 12g; jabłko pieczone- 150g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

Obiad- dieta łatwostrawna

Zupa jarzynowa z ziemniakami zabiłana- 450g; Makaron z sosem mięsno-warzywnym- 450g; sałata masłowa z dressingiem jogurtowym- 170g; kompot z owoców mrożonych- 200g