

### **Śniadanie- dieta podstawowa**

Zupa mleczna z ryżem- 300g  
chleb pszenny- 70g; chleb żytni razowy- 30g; margaryna miękka, 60% tłuszczu- 10g;  
polędwica sopočka- 40g; ser gouda- 20g; pomidor- 60g; sałata- 12g; herbata czarna, parzona,  
napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta podstawowa**

Zupa z zielonej soczewicy- 450g; Kotlety mielone z warzywami pieczone- 175g; ziemniaki  
z koperkiem- 200g; surówka z buraków i jabłka- 180g; kompot z owoców mrożonych- 200g

### **Śniadanie- dieta łatwostrawna**

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

### **Obiad- dieta łatwostrawna**

Zupa ziemniaczana- 450g; Pulpety w sosie- 230g; ziemniaki z koperkiem- 200g; surówka  
z buraków i jabłka- 180g; kompot z owoców mrożonych- 200g