

Śniadanie- dieta podstawowa

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g
chleb pszenny- 70g; chleb żytni razowy- 30g; margaryna miękka, 60% tłuszczu- 10g;
połędwica sopocka- 30g; pasta z zielonego groszku- 50g; ogórek kiszony- 50g; sałata- 12g;
herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

Obiad- dieta podstawowa

Zupa koperkowa z makaronem- 450g; Gulasz po węgiersku- 330g; kasza gryczana gotowana- 150g; surówka z marchewki i jabłka z olejem- 150g; kompot z owoców mrożonych- 200g

Śniadanie- dieta łatwostrawna

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g
bułka wrocławska- 100g; margaryna miękka, 60% tłuszczu- 10g; połędwica sopocka- 60g;
sałata- 12g; pomidor- 60g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

Obiad- dieta łatwostrawna

Zupa koperkowa z makaronem- 450g; Gulasz z indyka- 270g; ziemniaki z koperkiem- 200g;
surówka z marchewki i jabłka z olejem- 150g; kompot z owoców mrożonych- 200g