

### **Śniadanie- dieta podstawowa**

Zupa mleczna z ryżem- 300g  
chleb pszenny- 30g; bułka grahamka- 50g; masło extra- 10g; serek naturalny- 75g; dżem truskawkowy- 30g; roszponka- 12g; papryka czerwona- 75g; banan- 80g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta podstawowa**

Zupa pomidorowa z makaronem- 450g; Pieczona pierś z indyka z migdałami i suszonymi pomidorami- 170g; ziemniaki z koprem- 203g; surówka z czerwonej kapusty- 150g; herbata owocowa, napar- 200g

### **Śniadanie- dieta łatwostrawna**

Zupa mleczna z ryżem- 300g  
bułka wrocławska- 100g; masło extra- 10g; serek naturalny- 75g; dżem truskawkowy- 30g; roszponka- 12g; banan- 80g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta łatwostrawna**

Zupa pomidorowa z makaronem- 450g; Filet z indyka w sosie- 205g; ziemniaki z koprem- 203g; brokuły gotowane- 150g; herbata owocowa, napar- 200g