

### **Śniadanie- dieta podstawowa**

Zupa mleczna z kaszą manną- 300g

chleb pszenny- 30g; bułka grahamka- 50g; margaryna miękka, 60% tłuszczu- 10g; szynka z indyka- 20g; serek naturalny- 40g; papryka czerwona- 75g; sałata- 12g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta podstawowa**

Zupa pomidorowa z ryżem- 450g; Schab w sosie własnym- 288g; ziemniaki z koperkiem- 200g; surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem- 156g; kompot z owoców mrożonych- 200g

### **Śniadanie- dieta łatwostrawna**

Zupa mleczna z kaszą manną- 300g

bułka wrocławska- 100g; margaryna miękka, 60% tłuszczu- 10g; szynka z indyka- 20g; serek naturalny- 40g; sałata- 12g; pomidor- 60g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta łatwostrawna**

Zupa pomidorowa z ryżem- 450g; Bitki ze schabu w sosie białym- 255g; ziemniaki z koperkiem- 200g; surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem- 156g; kompot z owoców mrożonych- 200g