

### **Śniadanie- dieta podstawowa**

Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi- 300g  
chleb pszenny- 70g; chleb pszenny- 30g; masło extra- 10g; szynka wiejska- 60g; roszonek- 12g; rzodkiewka- 50g; kiełki- 5g; banan- 115g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta podstawowa**

Zupa pieczarkowa- 450g; Pieczona pierś z kurczaka z migdałami i suszonymi pomidorami- 190g; ziemniaki z koprem- 203g; sałata masłowa z dressingiem jogurtowym- 150g; kompot z owoców mrożonych- 200g

### **Śniadanie- dieta łatwostrawna**

Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi- 300g  
bułka wrocławska- 100g; masło extra- 10g; szynka wiejska- 40g; roszonek- 12g; pomidor- 1150g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta łatwostrawna**

Zupa grysikowa- 450g; Pierś z indyka duszona w sosie białym- 285g; ziemniaki z koprem- 203g; sałata masłowa z dressingiem jogurtowym- 150g; kompot z owoców mrożonych- 200g