

Śniadanie- dieta podstawowa

Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi- 300g
chleb pszenny- 70g; chleb żytni razowy- 30g; masło extra- 10g; polędwica sopocka- 40g;
humus- 40g; rukola- 12g; rzodkiewka- 50g; kiełki- 5g; herbata czarna, parzona, napar bez
cukru- 250g

Obiad- dieta podstawowa

Zupa pieczarkowa- 450g; Pieczona pierś z indyka z migdałami i suszonymi pomidorami-
190g; ziemniaki z koprem- 203g; sałatka z sosem koperkowym- 150g; kompot z owoców
mrożonych- 200g

Śniadanie- dieta łatwostrawna

Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi- 300g
bułka wrocławska- 100g; masło extra- 10g; polędwica sopocka- 60g; roszponka- 12g; kiełki-
5g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

Obiad- dieta łatwostrawna

Zupa ziemniaczana z makaronem- 450g; Filet z indyka duszony w sosie- 205g; ziemniaki z
koprem- 203g; sałatka z sosem koperkowym- 150g; kompot z owoców mrożonych- 200g