

### **Śniadanie- dieta podstawowa**

Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g  
chleb pszenny- 70g; chleb żytni razowy 30 g; masło extra- 10g; serek twarogowy ziarnisty 200 g; ogórek 75 g kiwi 81 g ; roszonek 12 g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta podstawowa**

Barszcz czerwony z fasolą - 450g; Dorsz pieczony 141,6 g; surówka z kapusty kiszanej 150 g; ziemniaki 200 g; koper 3 g; herbata owocowa napar 200 g

### **Śniadanie- dieta łatwostrawna**

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 300g  
bułka wrocławska- 100g; masło extra- serek twarogowy ziarnisty 200 g ; roszonek 12g; gruszka pieczona 130 g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta łatwostrawna**

Barszcz czerwony - 450g; Dorsz pieczony 141,6 g; sałata masłowa z dressingiem jogurtowym 170 g; ziemniaki 200 g; koper 3 g; herbata owocowa napar 200 g