

### **Śniadanie- dieta podstawowa**

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g  
chleb pszenny- 70g; chleb żytni razowy- 30g; masło extra- 10g; serek naturalny- 75g;  
pomidor- 60; sałata roszponka- 12g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta podstawowa**

Barszcz czerwony z fasolą- 450g; Filet z dorsza panierowany- 175,5g; ziemniaki z koperkiem-  
200g; surówka z kiszonej kapusty, jabłka i marchwi- 150g; kompot z owoców mrożonych-  
200g

### **Śniadanie- dieta łatwostrawna**

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g  
bułka wrocławska- 100g; masło extra- 10g; serek naturalny- 75g; pomidor- 60g; sałata  
roszponka- 12g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta łatwostrawna**

Zupa grysikowa- 450g; Filet z dorsza pieczony- 137g; ziemniaki- 200g; sałata masłowa  
z olejem- 150g; kompot z owoców mrożonych- 200g