

Śniadanie- dieta podstawowa

Zupa mleczna z ryżem- 300g
chleb pszenny- 30g; bułki grahamki 50 g; masło extra- 10g; hummus 40 g; szynka z indyka 40 g;sałata 12g; pomidor 60 g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

Obiad- dieta podstawowa

Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną - 450g; Pieczona pierś z kurczaka z migdałami i suszonymi pomidorami- 170 g; surówka z młodej kapusty- 150 g; ziemniaki 200 g; koper 3 g; kompot z owoców mrożonych 200g

Śniadanie- dieta łatwostrawna

Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi - 300g
bułka wrocławska- 100g; masło extra- 10g; szynka z indyka60 g;sałata 12g; pomidor bez skóry 60 g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

Obiad- dieta łatwostrawna

Zupa koperkowa z makaronem - 450g; Pierś z kurczaka duszona w białym sosie 285 g; surówka z marchewki i jabłka150 g; ziemniaki 200 g; koper 3 g; kompot z owoców mrożonych 200g