

### **Śniadanie- dieta podstawowa**

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g  
chleb pszenny- 70g; chleb żytni razowy- 30g; masło extra- 10g; szynka wiejska- 40g; humus- 40g; pomidor- 60g; roszponka- 12g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta podstawowa**

Zupa jarzynowa- 450g; Makaron z pesto i kurczakiem- 411g; kompot z owoców mrożonych- 200g

### **Śniadanie- dieta łatwostrawna**

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g  
bułka wrocławska- 100g; masło extra- 10g; szynka wiejska- 60g; roszponka- 12g; pomidor b/ skóry- 60g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta łatwostrawna**

Zupa jarzynowa- 450g; Makaron z serem, brokułem i pomidorem- 493g; kompot z owoców mrożonych- 200g;