

Śniadanie- dieta podstawowa

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g

chleb pszenny- 70g; chleb żytni razowy- 30g; masło extra- 10g; szynka wiejska- 40g; pasta warzywna- 20g; rukola- 12g; papryka zielona- 75g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

Obiad- dieta podstawowa

Zupa z zielonej soczewicy- 450g; Spaghetti z mięsem mielonym- 420g; sałata masłowa z dressingiem jogurtowym- 170g; herbata owocowa, napar- 200g

Śniadanie- dieta łatwostrawna

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g

bułka wrocławska- 100g; masło extra- 10g; szynka wiejska- 60g; sałata- 12g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

Obiad- dieta łatwostrawna

Zupa ryżowa- 450g; Makaron z sosem mięsno-warzywnym- 450g; sałatka z sosem koperkowym- 150g; herbata owocowa, napar- 200g