

### **Śniadanie- dieta podstawowa**

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 300g  
chleb pszenny- 70g; chleb żytni razowy- 30g; masło extra- 10g; serek ziarnisty- 200g;  
rzodkiewka- 50g; sałata- 12g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g;

### **Obiad- dieta podstawowa**

Zupa wielowarzywna z ryżem- 450g; Filet z dorsza panierowany- 175g; ziemniaki z koprem- 203g; mizeria z jogurtem- 290g; kompot z owoców mrożonych- 200g

### **Śniadanie- dieta łatwostrawna**

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g  
bułka wrocławska- 100g; masło extra- 10g; serek ziarnisty- 200g; sałata- 12g; pomidor b/skóry- 60g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta łatwostrawna**

Zupa wielowarzywna z ryżem- 450g; Dorsz pieczony- 141g; ziemniaki z koprem- 203g; sałata z olejem- 150g; kompot z owoców mrożonych- 200g