

### **Śniadanie- dieta podstawowa**

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g  
chleb pszenny- 30g; bułki grahamki 50 g; masło extra- 10g; hummus 50 g; szynka wiejska 40 g; sałata masłowa 12g; papryka czerwona 75 g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta podstawowa**

Rosół z makaronem- 450g; Pieczone udko z kurczaka 180 g; surówka z marchewki i jabłka 150 g; ziemniaki 200 g; koper 3 g; kompot z owoców mrożonych- 200g

### **Śniadanie- dieta łatwostrawna**

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g  
bułka wrocławska- 100g; masło extra- 10g; polędwica sopocka 60 g; roszponka 12g; banan 80 g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

### **Obiad- dieta łatwostrawna**

Rosół z makaronem- 450g; Udko z kurczaka w sosie 180 g; surówka z marchewki i jabłka 150 g; ziemniaki 200 g; koper 3 g; kompot z owoców mrożonych- 200g