

Śniadanie- dieta podstawowa

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 300g
chleb pszenny- 70g; chleb żytni razowy- 30g; masło extra- 10g; serek twarogowy ziarnisty- 200g; ogórek- 65g; kiwi- 80g; roszponka- 12g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g;

Obiad- dieta podstawowa

Zupa z zielonej soczewicy- 450g; Filet z dorsza panierowany- 175,5g; ziemniaki z koprem- 203g; surówka z kiszonej kapusty, jabłka i marchwi- 155g; kompot z owoców mrożonych- 200g

Śniadanie- dieta łatwostrawna

Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 300g
bułka wrocławska- 100g; masło extra- 10g; serek twarogowy ziarnisty- 200g; roszponka- 12g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

Obiad- dieta łatwostrawna

Zupa grysikowa- 450g; Dorsz pieczony- 141g; sałata z dressingiem jogurtowym- 176g; ziemniaki z koprem- 203g; kompot z owoców mrożonych- 200g