

Śniadanie- dieta podstawowa

Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi - 300g
chleb pszenny- 60g; chleb żytni razowy- 30g; masło extra- 10g; serek śmietankowy do smarowania- 75 g; pomidor- 60g; kiwi- 80g; sałata masłowa 12 g, herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g;

Obiad- dieta podstawowa

Barszcz czerwony z fasolą- 450g; Filet z dorsza panierowany- 180g; surówka z kiszonej kapusty, jabłka i marchwi- 157g; ziemniaki z koprem- 203 g; kompot z owoców mrożonych- 200g

Śniadanie- dieta łatwostrawna

Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi - 300g
bułka wrocławska- 100g; masło extra- 10g; serek śmietankowy- 75 g; pomidory b/skóry- 60g; gruszka pieczona- 130g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru- 250g

Obiad- dieta łatwostrawna

Barszcz czerwony- 450g; Dorsz pieczony- 142g; sałata masłowa z dresingiem jogurtowym- 170g; ziemniaki z koprem- 203 g; kompot z owoców mrożonych- 200g