

DIETA LEKKOSTRAWNA

Śniadanie 26.01.2026

Zupa mleczna z ryżem – 250 ml

Pieczywo pszenne – 120 g

Masło – 15 g

Serek kanapkowy – 40 g

Wędlina drobiowa – 20 g

Pomidor – 50 g

Sałata

Kawa zbożowa – 200 ml



DIETA LEKKOSTRAWNA

Obiad 26.01.2026

Zupa marchwianka – 350 ml

Makaron spaghetti z sosem bolońskim (gotowany) – 200 g + 150 g (sos)

Pieczone warzywa – 120 g

Kompot bez cukru – 200 ml



Podwieczorek 26.01.2026

Jabłko - 100 g