

DIETA LEKKOSTRAWNA



Śniadanie 19.01.2026

Zupa mleczna z ryżem – 250 ml

Pieczywo pszenne – 120 g

Masło – 15 g

Wędlina drobiowa - 20 g

Serek kanapkowy - 40 g

Ogórek – 50 g

Salata

Kawa zbożowa – 200 ml



DIETA LEKKOSTRAWNA



Obiad 19.01.2026

Zupa barszcz czerwony – 350 ml

Makaron z kurczakiem w sosie brokułowo-jogurtowym (gotowany) – 350 g

Surówka z marchewki – 120 g

Kompot bez cukru – 200 ml



Podwieczorek 19.01.2026

Soczek owocowy - 1 szt.