

DIETA LEKKOSTRAWNA

Śniadanie 30.01.2026

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250 ml

Pieczywo pszenne – 120 g

Masło – 15 g

Pasta z twarogu półtłustego - 60 g

Pomidor – 50 g

Salata masłowa

Kawa zbożowa – 200 ml



DIETA LEKKOSTRAWNA

Obiad 30.01.2026

Zupa pomidorowa z ryżem – 350 ml
Ryba pieczona z natką pietruszki - 120 g
Ziemniaki gotowane – 200 g
Gotowany brokuł - 120 g
Kompot bez cukru – 200 ml



Podwieczorek 30.01.2026

Jogurt owocowy - 1 szt.