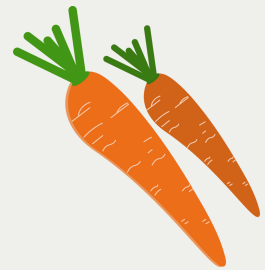


DIETA LEKKOSTRAWNA



Śniadanie 02.01.2026

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250 ml

Pieczywo pszenne – 120 g

Masło – 15 g

Pasta z twarogu półtłustego – 60 g

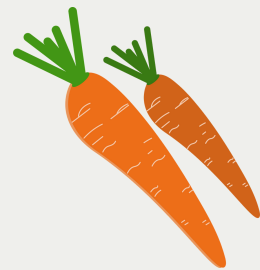
Pomidor – 50 g

Salata

Kawa zbożowa – 200 ml



DIETA LEKKOSTRAWNA



Obiad 02.01.2026

Zupa pomidorowa z ryżem – 350 ml (176 kcal)

Ryba pieczona z natką pietruszki – 120 g

Ziemniaki - 200 g

Gotowany brokuł – 120 g

Kompot bez cukru – 200 ml



Podwieczorek 02.01.2026

Kisiel - 150 ml