

DIETA LEKKOSTRAWNA

Śniadanie 16.01.2026

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250 ml

Pieczywo pszenne – 120 g

Masło – 15 g

Pasta z twarogu półtłustego - 60 g

Ogórek – 50 g

Salata

Herbata owocowa – 200 ml

Miód - 20g



DIETA LEKKOSTRAWNA

Obiad 16.01.2026

Zupa rosolnik z ryżem – 350 ml

Ryba pieczona – 120 g

Ziemniaki gotowane - 120 g

Gotowana fasolka szparagowa – 120 g

Kompot bez cukru – 200 ml

