

DIETA LEKKOSTRAWNA

Śniadanie 14.01.2026

Zupa mleczna z płatkami miodowymi – 250 ml

Pieczywo pszenne – 120 g

Masło – 15 g

Wędlina - 30 g

Serek kanapkowy - 20 g

Pomidor – 50 g

Sałata

Kawa zbożowa – 200 ml



DIETA LEKKOSTRAWNA

Obiad 14.01.2026

Zupa pomidorowa z ryżem – 350 ml
Kurczak gotowany w sosie pietruszkowym – 120 g + 80 g (sos)
Ziemniaki gotowane - 200 g
Pieczony kalafior – 120 g
Kompot bez cukru – 200 ml



Podwieczorek 14.01.2026

Kisiel - 150 ml