

DIETA LEKKOSTRAWNA

Śniadanie 09.01.2026

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250 ml

Pieczywo pszenne – 120 g

Masło – 15 g

Serek kanapkowy - 40 g

Wędlina - 20 g

Pomidor – 50 g

Salata

Kawa zbożowa – 200 ml



DIETA LEKKOSTRAWNA

Obiad 09.01.2026

Zupa marchwianka – 350 ml

Ryba pieczona – 120 g

Ziemniaki gotowane - 200 g

Pieczony kalafior – 120 g

Kompot bez cukru – 200 ml (56 kcal)



Podwieczorek 09.01.2026

Jogurt owocowy - 1 szt.