

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	szynka konserwowa	45g
	masło 82%	12,5g
	płatki jęczmienne na mleku	300g
	pomidor	80g
	herbata	250g
	serek homogenizowany	150g
	pieczywo pszenne	90g
II śniadanie	jogurt naturalny	150g
	jabłko	100g
obiad	zupa pomidorowa z makaronem	350g
	marchew gotowana	150g
	ziemniaki z koperkiem	220g
	ryba na parze z warzywami	100g
	napój owocowy	250g
podwieczorek	mus owocowy	200g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta z jaj ze szczypiorkiem	80g
	kiełbasa rawska	40g
	bukiet warzyw na parze z oliwą	100g