

Śniadanie i obiad dieta podstawowa

20.11.2023r.

2023-11-20



Makaron na mleku 300 ml / żywiecka drobiowa 50 g / masło 10 g / papryka 50 g / pomidor 50 g
/
herbata z cytryną 250 ml / chleb pszenny 50 g + chleb razowy 30 g



Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml / steak z cebulką 100 g / ziemniaki 180 g /
surówka wielowarzynowa 150 g / kompot 250 ml