

# **Śniadanie i obiad dieta podstawowa**

## **18.12.2023r.**

2023-12-18



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

cytryną 250 ml



Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml / stek pieczony z cebulką 100 g / ziemniaki 180 g / surówka wielowarzywna 150 g / kompot 250 ml