

Przykładowe menu dzienne

Dieta bogatoresztkowa

Śniadanie

- Płatki owsiane górskie na mleku 2% z dodatkiem otrąb pszennych, rodzynek i żurawiny
- Twaróg
- Papryka czerwona świeża
- Pomidor
- Pieczywo żytnie
- Masło
- Herbata b/c

II Śniadanie

- Sałatka owocowa z prażonym słonecznikiem i sezamem

Obiad

- Krupnik z ziemniakami
- Pierś z kurczaka duszona
- Gotowany bukiet warzyw
- Ziemniaki gotowane z koperkiem
- Kompot b/c

Podwieczorek

- Ciasteczka naturalne owsiane
- Banan

Kolacja

- Kasza gryczana z pietruszką
- Jogurt naturalny
- Ogórek konserwowy
- Pieczywo żytnie
- Masło
- Herbata b/c

Dodatkowo do menu dziennego:

- 1,5 litra wody mineralnej

Diety można zamówić do dowolnego rodzaju pobytu w naszym Ośrodku, w opcji z konsultacją dietetyka lub bez konsultacji.

