

26.11.2023 - Niedziela

	<p>I ŚNIADANIE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Makaron rurka na mleku 300ml (A: 1,7) • Filecik złocisty drobiowy 50g (A: 1,3,6,9,10) • Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1) • Chleb razowy 1szt 25g (A: 1) • Masło roślinne miękkie 15g • Papryka 70g • Sałata 10g • Herbata czarna z cukrem 250ml
	<p>II ŚNIADANIE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gruszka 1szt. 150g
	<p>OBIAD</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zupa kapuśniak (kości wieprzowe, włoszczyzna, kapusta biała, ziemniaki, nać pietruszki, sól, pieprz) 350ml (A: 9) • Schab pieczony w sosie własnym (schab, cebula , mąka pszenna, olej rzepakowy, sól , pieprz) - 100g/150ml (A: 1) • Kasza jęczmienna na sypko 200g (A: 1) • Buraczki zasmażane (buraczki, mąka pszenna, olej rzepakowy, kwasek cytrynowy, śmietana, sól, pieprz)150g (A: 1) • Kompot owocowy(jabłko, czarna porzeczka) 250ml
	<p>KOLACJA I</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ser żółty 60g (A:7) • Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1) • Chleb razowy 2szt 50g (A: 1) • Masło roślinne miękkie 15g (A: 7) • Ogórek świeży 70g • Sałata 10g • Kawa zbożowa z mlekiem 250ml(A: 1,7)

Regionalny Szpital w Kołobrzegu

	<p>KOLACJA II POSIŁEK WITAMINOWY Mus warzywno - owocowy(dynia, jabłko, banan) 100g</p>
<p>DOBOWE WARTOŚCI ODŻYWCZE:</p>	<ul style="list-style-type: none">• Energia: 2100kcal• Białko ogółem: 97g• Tłuszcz ogółem: 65g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 22g• Węglowodany ogółem: 311g• Cukry: 51g• Błonnik pokarmowy: 34g• Sód: 1913mg• Sól: 4,78g