

28.11.2023 - Wtorek



I ŚNIADANIE

- Kasza manna na mleku 300ml(A: 1,7)
- Połędwica drobiowa 20g (A: 1,3,6,7,9,10)
- Jajko gotowane 1szt. 50g (A: 3)
- 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

II ŚNIADANIE

- Sok wieloowocowy 200ml



OBIAD

- Zupa barszcz ukraiński z ziemniakami (kości wieprzowe, włoszczyzna, buraki, fasola, kapusta biała, ziemniaki, śmietanka, czosnek, kwasek cytrynowy, sól, pieprz) 350ml (A: 7,9)
- Pierogi z twarogiem-gotowane (twaróg, jajka, mąka pszenna, cukier waniliowy, olej rzepakowy, sól) 300g (A: 1,3,7)
- Surówka z selera i jabłka(seler, jabłko, śmietana) 100g (A: 7,9)
- Pomarańcza 50g
- Jogurt naturalny 100ml (A: 7)
- Kompot owocowy (jabłko, czarna porzeczka) 250ml

KOLACJA I

- Pasta z makreli wędzonej (makreła wędzona, ogórki kiszzone, cebula, pieprz) 80g (A: 4)
- Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)
- Chleb razowy 2szt 50g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Pomidor 70g
- Sałata 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

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: 2276 kcal• Białko ogółem: 103g• Tłuszcz ogółem: 57g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 19 g• Węglowodany ogółem: 365g• Cukry: 58 g• Błonnik pokarmowy: 34 g• Sód: 1917 mg• Sól: 4,79g