

29.11.2023 - Środa



I ŚNIADANIE

- Kasza jęczmienna na mleku 300ml (A: 1,7)
- Połędwica sopocka drobiowa 50g (A: 1,3,6,9,10)
- Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)
- Chleb razowy 1szt 25g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Biała rzodkiew ze szczypiorkiem 70g
- Sałata 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

II ŚNIADANIE

- Kisiel z jabłkiem 200ml (A: 1)



OBIAD

- Zupa ogórkowa z ziemniakami (kości wieprzowe, włoszczyzna, ogórki kiszone, ziemniaki, śmietanka, sól, pieprz) 350ml (A: 7,9)
- Filet drobiowy pieczony z kabaczkim i ziołami (pierś z kurczaka, kabaczek, bazylija, nać pietruszki, sól, pieprz) 150g
- Ryż na sypko 200g
- Surówka z kapusty czerwonej 150g
- Kompot owocowy (jabłko, czarna porzeczka) 250ml

KOLACJA I

- Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80g (A: 7)
- Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)
- Chleb razowy 2szt 50g(A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Dynia gotowana 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:2030 kcal• Białko ogółem: 92g• Tłuszcz ogółem: 59g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 17g• Węglowodany ogółem: 308g• Cukry: 60g• Błonnik pokarmowy: 31g• Sód: 1788mg• Sól: 4,47g