

08.12.2023 - Piątek



I ŚNIADANIE

- Zacierka na mleku (mleko, mąka pszenna, jajko, sól) 300ml (A:1,3,7)
- Jajko gotowane 50g-1szt(A: 3)
- Polędwica drobiowa 20g (A: 1,3,6,7,9,10)
- Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)
- Chleb razowy 1szt 25g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Pomidor plastry 70g
- Sałata 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

II ŚNIADANIE

- Jabłka w sosie waniliowym(mleko, jabłka, cukier, wanilia) 200ml (A: 7)
-



OBIAD

- Zupa ryżowa (porcje rosółowe, włoszczyzna, ryż, nać pietruszki, sól, pieprz) 350ml (A: 9)
- Sznycel mielony z dorsza , z ziołami- smażony (filet z dorsza, bułka tarta, bułka pszenna, jaja, cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz) 100g (A: 1,3,4)
- Surówka z marchwi i chrzanu (marchew ,chrzan, śmietana) 150g (A:7)
- Ziemniaki z koperkiem 200g
- Kompot owocowy (jabłko, czarna porzeczka, cukier) 250ml

KOLACJA I

- Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)
- Chleb razowy 2szt 50g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Pasztet Jana 60g (A:1,6,9,10)
- Ogórek kiszony 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: 2174kcal• Białko ogółem: 84g• Tłuszcz ogółem: 73g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 20g• Węglowodany ogółem: 322g• Cukry: 67g• Błonnik pokarmowy: 34g• Sód: 1975mg• Sól: 4,94g