

11.12.2023 - Poniedziałek



I ŚNIADANIE

- Makaron muszelki na mleku 300ml (A: 1,7)
- Pasta z jajka ze szczypiorkiem 80g (A: 3,10)
- Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)
- Chleb razowy 1szt 25g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g (A: 7)
- Pomidor 70g
- Sałata 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

II ŚNIADANIE

- Koktajl mleczno-owocowy (jogurt naturalny, truskawki, cukier) 200ml (A: 7)



OBIAD

- Zupa jarzynowa z ziemniakami (korpus z kurczaka, włoszczyzna, ziemniaki, kalafior, brokuł, fasolka szparagowa zielona, śmietanka, nać pietruszki, sól, pieprz) 350ml (A: 7,9)
- Zraz mielony wieprzowo -drobiowy duszony w sosie własnym (łopatka wieprzowa, mięso z kurczaka, jaja, mąka pszenna, bułka pszenna, sól , pieprz) 100g/150ml (A: 1,3)
- Kasza jęczmienna na sypko 200g (A: 1)
- Sałatka z buraczków i jabłka z olejem rzepakowym 150g
- Kompot owocowy(jabłko, czarna porzeczka, cukier) 250ml
-

KOLACJA I

- Pasta z makreli wędzonej (makreła wędzona, cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz) 80g (A:4)
- Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)
- Chleb razowy 2szt 50g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- 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: 2120kcal• Białko ogółem: 88g• Tłuszcz ogółem: 72g• Nasycone kwasy tłuszczowe:21 g• Węglowodany ogółem: 305g• Cukry: 59g• Błonnik pokarmowy : 30g• Sód: 1938mg• Sól: 4,85g