

**16.12.2023 - Sobota**

	<p><b>I ŚNIADANIE</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Kasza jaglana na mleku 300ml (A: 7)</li><li>• Szyńka biała drobiowa 50g(A: 1,3,7,9,10)</li><li>• Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)</li><li>• Chleb razowy 1szt 25g (A: 1)</li><li>• Masło roślinne miękkie 15g</li><li>• Pomidor plastry 70g ]</li><li>• Sałata 10g</li><li>• Herbata czarna z cukrem 250ml</li></ul>
	<p><b>II ŚNIADANIE</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Kefir 1szt 150ml (A: 7)</li></ul>
	<p><b>OBIAD</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Zupa wiejska (korpus z kurczaka, włoszczyzna, ziemniaki, mąka pszenna, jajko, natka pietruszki, sól, pieprz) 350ml (A: 1,3,9)</li><li>• Roladka drobiowa pieczona, półmięśna w sosie groszkowym (filet z piersi kurczaka cebula, łopatka wieprzowa, mąka pszenna, groszek zielony, śmietanka, sól, pieprz) 100g/150ml (A:1, 7, 9)</li><li>• Ziemniaki z koperkiem 200g</li><li>• Surówka wielowarzywna ( marchew, pietruszka, seler, jabłko, śmietana)150g (A:7,9)</li><li>• Kompot owocowy ( jabłko, czarna porzeczka, cukier) 250ml</li></ul>
	<p><b>KOLACJA I</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Paszтет borowy drobiowo-wieprzowy z jagnięciną 60g (A:1,6,9,10)</li><li>• Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)</li><li>• Chleb razowy 2szt 50g (A: 1)</li><li>• Masło roślinne miękkie 15g (A: 7)</li><li>• Ogórek kiszony 70g</li><li>• Sałata 10g</li><li>• Kawa zbożowa z mlekiem 250ml(A: 1,7)</li></ul>

Regionalny Szpital w Kołobrzegu

	<p><b>KOLACJA II</b> <b>POSIŁEK WITAMINOWY</b> Mus warzywno - owocowy( dynia, jabłko, banan) 100g</p>
<p><b>DOBOWE WARTOŚCI ODŻYWCZE:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Energia: 2024kcal</li><li>• Białko ogółem: 85g</li><li>• Tłuszcz ogółem: 53g</li><li>• Nasycone kwasy tłuszczowe: 18g</li><li>• Węglowodany ogółem: 329g</li><li>• Cukry: 52g</li><li>• Błonnik pokarmowy: 34g</li><li>• Sód: 1788mg</li><li>• Sól: 4,47g</li></ul>