

24.12.2023 - Niedziela

	<p>I ŚNIADANIE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kasza jęczmienna na mleku 350ml (A: 1,7) • Pasta z jajka z pietruszką zieloną 80g (A: 3,10) • Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1) • Chleb razowy 1szt 25g (A: 1) • Masło roślinne miękkie 15g • Ogórek kiszony plastry 70g • Sałata 10g • Herbata czarna z cukrem 250ml
	<p>II ŚNIADANIE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kefir 1szt 180ml (A: 7)
	<p>OBIAD</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zupa koperkowa z ziemniakami (korpus kurczaka, włoszczyzna, koperek, ziemniaki, śmietanka, sól, pieprz) 350ml (A: 7,9) • Kluski leniwe (twaróg, ziemniaki, jajko, mąka pszenna, cukier, olej rzepakowy, sól) 300g (A: 1,3,7) • Surówka wielowarzywna (marchew, pietruszka, seler, jabłko, kwasek cytrynowy, śmietana, sól, pieprz) 150g (A:7,9) • Kompot owocowy (jabłko, czarna porzeczka) 250ml
	<p>KOLACJA I</p> <ul style="list-style-type: none"> • Barszcz czerwony czysty (buraki, włoszczyzna, koncentrat barszczu, kwasek cytrynowy, jarzynka naturalna -przyprawa, ziele angielskie, liść laurowy, sól pieprz) 250ml (A: 1,6,7,9,10) • Dorsz smażony (filet z dorsza, mąka pszenna, olej rzepakowy, sól , pieprz) 80g (A: 1,4) • Pierogi z kapustą i grzybami (mąka pszenna, kapusta kiszona, grzyby, jajko, olej rzepakowy, sól ,pieprz) 150g (A: 1,3) • Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1) • Chleb razowy 2szt 50g (A: 1) • Masło roślinne miękkie 15g • Pomarańcza 100g • Sałata 10g

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: 3102kcal• Białko ogółem: 135g• Tłuszcz ogółem: 134g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 50g• Węglowodany ogółem: 369g• Cukry: 76g• Błonnik pokarmowy: 34g• Sód: 1833mg• Sól: 4,58g