

27.12.2023 - Środa



I ŚNIADANIE

- Kasza kukurydziana na mleku 300ml (A: 7)
- Pasta z twarogu ze szczypiorkiem(twaróg, mleko, natka pietruszki sól) 80g (A:7)
- Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)
- Chleb razowy 1szt 25g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Papryka paski 70g
- Sałata 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

II ŚNIADANIE

- Jogurt naturalny z jabłkiem 1szt 200ml (A: 7)



OBIAD

- Zupa wiejska (korpus z kurczaka, włoszczyzna, ziemniaki, mąka pszenna, jajko, natka pietruszki, sól, pieprz) 350ml (A: 1,3,9)
- Gołąbek leniwy duszony w sosie pomidorowym (topatka wieprzowa, kapusta biała, cebula, ryż, mąka pszenna, przecier pomidorowy, jajo, śmietanka, sól, pieprz) 100g/100ml (A: 1,3,7)
- Brokuły gotowane 150g
- Ziemniaki z koperkiem 200g
- Kompot owocowy (jabłko, czarna porzeczka) 250ml

KOLACJA I

- Polędwica królewiecka drobiowa 60g (A: 1,3,6,7,9,10)
- Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)
- Chleb razowy 2szt 50g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Biała rzodkiew plastry z koperkiem 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: 2135kcal• Białko ogółem: 88g• Tłuszcz ogółem: 47g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 16g• Węglowodany ogółem: 366g• Cukry: 77g• Błonnik pokarmowy: 33g• Sód: 1859mg• Sól: 4,65g