

28.12.2023 - Czwartek



I ŚNIADANIE

- Makaron świderki na mleku 300ml (A: 1,7)
- Szynka słoneczna drobiowa 20g (A: 1,3, 6,7, 9,10)
- Dżem truskawkowy niskosłodzony 30g
- Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)
- Chleb razowy 1szt 25g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Ogórek świeży plastry 70g
- Sałata 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

II ŚNIADANIE

- Maślanka naturalna 200ml (A:7)



OBIAD

- Zupa ziemniaczana (korpus z kurczaka, włoszczyzna, nać pietruszki, ziemniaki, śmietanka, sól, ziele angielskie) 350ml (A: 7,9)
- Gulasz mięsny wieprzowy duszony(łopátka wieprzowa, cebula, olej rzepakowy, mąka pszenna, sól , pieprz, papryka słodka) 100g/150ml (A: 1, 9)
- Sałatka z buraczków i jabłka z olejem rzepakowym 150g
- Kasza jęczmienna na sypko 200g(A: 1)
- Kompot owocowy (jabłko, czarna porzeczka) 250ml

KOLACJA I

- Połędwica sopocka drobiowa 50g (A;1,3,6,9,10)
- Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)
- Chleb razowy 2szt 50g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Papryka paski 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: 2444kcal• Białko ogółem: 100g• Tłuszcz ogółem: 83g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 26g• Węglowodany ogółem: 348g• Cukry: 84g• Błonnik pokarmowy: 30g• Sód: 1948mg• Sól: 4,87g