

29.12.2023 - Piątek



I ŚNIADANIE

- Zacierka na mleku (mleko, mąka pszenna, jajko, sól) 300ml (A:1,3,7)
- Połędwica drobiowa 20g (A: 1,3,6,7,9,10)
- Jajko gotowane 50g-1szt
- Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)
- Chleb razowy 1szt 25g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Pomidor plastry 70g
- Sałata 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

II ŚNIADANIE

- Jabłka w sosie waniliowym(mleko, jabłka, cukier, wanilia) 200ml (A: 7)



OBIAD

- Zupa krupnik jaglany (porcje rosółowe, włoszczyzna, kasza jaglana, ziemniaki, nać pietruszki, sól, pieprz) 350ml (A: 9)
- Sznycel mielony z dorsza , z ziołami- smażony (filet z dorsza, bułka tarta, bułka pszenna, jaja, cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz) 100g (A: 1,3,4)
- Ziemniaki z koperkiem 200g
- Surówka z marchwi i chrzanu (marchew ,chrzan, śmietana) 150g (A:7)
- Kompot owocowy(jabłko, czarna porzeczka) 250ml

KOLACJA I

- Pasztet Jana wieprzowy 60g (A:1,6,9,10)
- Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)
- Chleb razowy 2szt 50g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Ogórek kiszony w plastrach 70g
- Sałata 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

Regionalny Szpital w Kołobrzegu

	KOLACJA II POSIŁEK WITAMINOWY Mus warzywno - owocowy(dynia, jabłko, banan) 100g
DOBOWE WARTOŚCI ODŻYWCZE:	<ul style="list-style-type: none">• Energia: 2299kcal• Białko ogółem: 88g• Tłuszcz ogółem: 74g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 20g• Węglowodany ogółem: 348g• Cukry: 67g• Błonnik pokarmowy: 35g• Sód: 1967mg• Sól: 4,92g