

## 27.01.2024 - 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 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>• Jogurt naturalny 1szt 150g (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, półmieszna 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 z marchewki, pietruszki, selera, jabłka z olejem rzepakowym 150g</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</li> <li>• Ogórek kiszony 70g</li> <li>• Sałata 10g</li> <li>• Herbata czarna z cukrem 250ml</li> </ul>

Regionalny Szpital w Kołobrzegu

	<b>KOLACJA II</b> <b>POSIŁEK WITAMINOWY</b> Mus warzywno - owocowy( dynia, jabłko, banan) 100g
<b>DOBOWE WARTOŚCI ODŻYWCZE:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Energia: 2036,3kcal</li><li>• Białko ogółem: 86,1g</li><li>• Tłuszcz ogółem: 53,1g</li><li>• Nasycone kwasy tłuszczowe: 17,8g</li><li>• Węglowodany ogółem: 330,3g</li><li>• Cukry: 54,2g</li><li>• Błonnik pokarmowy: 33,6g</li><li>• Sód: 1957,8mg</li><li>• Sól: 4,89g</li></ul>