

28.01.2024 - Niedziela

	<p>I ŚNIADANIE</p> <ul style="list-style-type: none">• Makaron rurka na mleku 300ml (A: 1,7)• Filecik złocisty drobiowy 50g (A: 1,3,6,9,10)• Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)• Chleb razowy 1szt 25g (A: 1)• Masło roślinne miękkie 15g• Papryka 70g• Sałata 10g• Herbata czarna z cukrem 250ml
	<p>II ŚNIADANIE</p> <ul style="list-style-type: none">• Gruszka 1szt. 150g
	<p>OBIAD</p> <ul style="list-style-type: none">• Zupa kapuśniak (kości wieprzowe, włoszczyzna, kapusta biała, ziemniaki, nać pietruszki, sól, pieprz) 350ml (A: 9)• Schab pieczony w sosie własnym (schab, cebula , mąka pszenna, olej rzepakowy, sól , pieprz) 100g/150ml (A: 1)• Kasza jęczmienna na sypko 200g (A: 1)• Buraczki zasmażane (buraczki, mąka pszenna, masło, kwasek cytrynowy, śmietana, sól, pieprz) 150g (A: 1,7)• Kompot owocowy (jabłko, czarna porzeczka, cukier) 250ml
	<p>KOLACJA I</p> <ul style="list-style-type: none">• Ser żółty 60g (A:7)• Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)• Chleb razowy 2szt 50g (A: 1)• Masło roślinne miękkie 15g (A: 7)• Ogórek świeży 70g• Sałata 10g• Kawa zbożowa z mlekiem 250ml(A: 1,7)

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: 2088,8kcal• Białko ogółem: 95,4g• Tłuszcz ogółem: 63,6g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 21,6g• Węglowodany ogółem: 311,8g• Cukry: 52,4g• Błonnik pokarmowy: 34,5g• Sód: 1869,9mg• Sól: 4,67g