

01.02.2024 - Czwartek



I ŚNIADANIE

- Kasza manna na mleku 300ml (A: 1,7)
- Ser żółty 50g (A: 7)
- Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)
- Chleb razowy 1szt 25g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Pomidor 70g
- Sałata 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

II ŚNIADANIE

- Kefir 1szt 150ml (A: 7)



OBIAD

- Zupa szpinakowa z makaronem (kości wieprzowe, włoszczyzna, szpinak, makaron, śmietanka, czosnek, sól, pieprz) 350ml (A: 1,3,6,7,9,10)
- Sznycel mielony wieprzowy z pieczarkami- smażony-półmięśny 100g (łopatka wieprzowa, jajko, bułka pszenna, pieczarki, olej rzepakowy, sól, pieprz) 100g (A: 1,3,)
- Ziemniaki z koperkiem 200g
- Sałata lodowa z marchewką , koperkiem i olejem rzepakowym 150g
- Kompot owocowy (jabłko, czarna porzeczka, cukier) 250ml

KOLACJA I

- Szyńka biała drobiowa 60g (A: 1,3,7,9,10)
- Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)
- Chleb razowy 2szt 50g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Bukiet warzyw (brokuł, kalafior, marchew)70g
- Sałata 15g
- 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: 2066,5kcal• Białko ogółem: 82,7g• Tłuszcz ogółem: 78,3g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 24,4g• Węglowodany ogółem: 283,5g• Cukry: 47,9g• Błonnik pokarmowy: 30,8g• Sód: 1936,4mg• Sól: 4,84g