



## 12.02.2024 - Poniedziałek

	<p><b>I ŚNIADANIE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Makaron muszelki na mleku 300ml (A: 1,7)</li> <li>• Pasta z jajka ze szczypiorkiem 80g (A: 3,10)</li> <li>• Chleb zwykły 50g (A: 1)</li> <li>• Chleb razowy 1szt. 25g (A: 1)</li> <li>• Masło roślinne miękkie 15g</li> <li>• Pomidor plastry 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>• Koktajl mleczno-owocowy (jogurt naturalny, truskawki, cukier) 200ml (A: 7)</li> </ul>
	<p><b>OBIAD</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zupa brokułowa z ziemniakami (korpus z kurczaka, włoszczyzna, brokuły mrożone, ziemniaki, śmietanka, nać pietruszki, sól, pieprz) 350ml (A: 7,9)</li> <li>• Zraz mielony wieprzowo -drobiowy duszony w sosie własnym (łopatka wieprzowa, mięso gulaszowe drobiowe, jaja, mąka pszenna, bułka pszenna, sól , pieprz) 100g/100ml (A: 1,3)</li> <li>• Kasza jęczmienna na sypko 200g (A: 1)</li> <li>• Sałatka z buraczków i 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>• Pasta z makreli wędzonej z ogórkiem kiszonym ( makrele wędzona, cebula, pieprz) 80g (A:4)</li> <li>• Chleb zwykły 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: 2104kcal</li><li>• Białko ogółem: 85g</li><li>• Tłuszcz ogółem: 69g</li><li>• Nasycone kwasy tłuszczowe: 20g</li><li>• Węglowodany ogółem: 311g</li><li>• Cukry: 60g</li><li>• Błonnik pokarmowy: 31g</li><li>• Sód: 1837mg</li><li>• Sól: 4,59g</li></ul>