

16.02.2024 - Piątek



I ŚNIADANIE

- Makaron kolanka na mleku 300ml (A: 1,7)
- Blok drobiowy 30g (A: 1,6,7,9,10)
- Sałatka jarzynowa (ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, jajko, jabłko, ogórek kiszony, cebula, groszek zielony, nać pietruszki, majonez, sól, pieprz) 100g (A: 3, 9,10)
- Chleb zwykły 50g (A: 1)
- Chleb razowy 1szt. 25g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Sałata 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml
-

II ŚNIADANIE

- Kisiel z jabłkiem (kisiel, jabłka, cukier) 200ml (A: 1)



OBIAD

- Zupa krupnik jęczmienny (korpus z kurczaka, włoszczyzna, kasza jęczmienna, nać pietruszki, sól, pieprz) 350ml (A: 1,9)
- Filet z dorsza smażony (filet z dorsza, mąka pszenna, olej rzepakowy, sól , pieprz) 100g /100ml (A: 1,4)
- Ziemniaki z koperkiem 200g
- Surówka meksykańska (kapusta biała, marchew, por, kukurydza, olej rzepakowy, sól, pieprz) 150g
- Kompot owocowy (jabłko, czarna porzeczka, cukier) 250ml

KOLACJA I

- Ser topiony 50g (A: 7)
- Szynka szkolna wieprzowa 20g (A: 1,6,7,9,10)
- Chleb zwykły 50g (A: 1)
- Chleb razowy 2szt. 50g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Ogórek świeży plastry 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: 2138kcal• Białko ogółem: 83g• Tłuszcz ogółem: 69g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 13g• Węglowodany ogółem: 328g• Cukry: 53g• Błonnik pokarmowy: 37g• Sód: 1975mg• Sól: 4,94g