

10.03.2024 - Niedziela

	<p>I ŚNIADANIE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kasza kukurydziana na mleku 300ml (A: 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"> • Jabłko 1szt. 150g
	<p>OBIAD</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zupa pieczarkowa z makaronem (kości wieprzowe, włoszczyzna, pieczarki, makaron, śmietanka sól, pieprz) 350ml (A: 1,7,9) • Schab pieczony w sosie własnym (schab, cebula , mąka pszenna, olej rzepakowy, sól , pieprz, oregano, rozmaryn) 100g/150ml (A: 1) • Ziemniaki z koperkiem 200g • 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: 2265kcal• Białko ogółem: 102g• Tłuszcz ogółem: 75g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 30g• Węglowodany ogółem: 323g• Cukry: 54g• Błonnik pokarmowy : 33g• Sód: 1839mg• Sól: 4,60g