

04.04.2024 - Czwartek



I ŚNIADANIE

- Płatki jęczmienne na mleku 300ml (A: 1,7,8,11)
- Ser żółty 50g (A: 7)
- Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)
- Chleb razowy 1szt 25g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Rzodkiewka 60g
- Sałata 20g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

II ŚNIADANIE

- Maślanka z czarną porzeczką (maślanka naturalna , czarna porzeczką, cukier) 200ml (A:7)



OBIAD

- Zupa szpinakowa z makaronem (korpus z kurczaka, włoszczyzna, szpinak, makaron, śmietanka, sól, pieprz) 350ml (A:1,3,6,7,9,10)
- Szyncel mielony wieprzowy z pieczarkami- smażony 100g smażony (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 porzeczką, cukier) 250ml

KOLACJA I

- Pasta z makreli wędzonej z ogórkiem kiszonym (makrele wędzona, ogórek kiszony, cebula, pieprz) 80g (A:4)
- Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)
- Chleb razowy 2szt 50g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Pomidor plastry 70g
- Sałata 10g
- 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: 2341kcal• Białko ogółem: 92g• Tłuszcz ogółem: 92g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 26g• Węglowodany ogółem: 321g• Cukry:65 g• Błonnik pokarmowy: 37g• Sód:1710 mg• Sól: 4,28g