

11.04.2024 - Czwartek



I ŚNIADANIE

- Makaron świderki na mleku 300ml (A: 1,7)
- Szynka słoneczna drobiowa 20g (A: 1,3,6,7, 9,10)
- Dżem truskawkowy niskosłodzony 30g
- Chleb zwykły 50g (A: 1)
- Chleb razowy 1szt. 25g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Ogórek świeży plastry 70g
- Sałata 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

II ŚNIADANIE

- Kefir 1szt. 150ml (A: 7)



OBIAD

- Zupa kapuśniak ze świeżej kapusty (kości wieprzowe, włoszczyzna, kapusta biała, ziemniaki, nać pietruszki, sól, pieprz) 350ml (A: 9)
- Schab pieczony w sosie własnym (schab, cebula, mąka pszenna, olej rzepakowy, oregano, rozmaryn, sól, pieprz) 100g/150ml (A: 1)
- Ryż na sypko 200g
- Sałatka z buraczków i jabłka z olejem rzepakowym 150g
- Kompot owocowy (jabłko, czarna porzeczka, cukier) 250ml

KOLACJA I

- Paszтет borowy drobiowo-wieprzowy z jagnięciną 60g (A;1,6,9,10)
- Chleb zwykły 50g (A: 1)
- Chleb razowy 2szt. 50g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Papryka paski 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: 2286kcal• Białko ogółem: 92g• Tłuszcz ogółem: 6072g• Nasycone kwasy tłuszczowe:23 g• Węglowodany ogółem: 341g• Cukry: 61g• Błonnik pokarmowy: 30g• Sód: 1519mg• Sól: 3,80g