

18.04.2024 - Czwartek



I ŚNIADANIE

- Kasza jaglana na mleku 300ml (A: 7)
- Ser żółty 50g (A: 7)
- Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)
- Chleb razowy 1szt 25g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Pomidor plastry 70g
- Sałata 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

II ŚNIADANIE

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



OBIAD

- Zupa szpinakowa z makaronem (kości wieprzowe, włoszczyzna, szpinak, makaron, śmietanka, czosnek, sól, pieprz) 350ml (A: 1,3,6,7,9,10)
- Szyncel mielony wieprzowy z kukurydzą w sosie pieczarkowym- półmięсны, smażony (łopatka wieprzowa, pieczarki, kukurydza, bułka tarta, mąka pszenna, jajko, cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz) 100g/150ml (A: 1,3,7)
- Ziemniaki z koperkiem 200g
- Sałata lodowa z marchewką gotowaną i koperkiem 150g
- Kompot owocowy (jabłko, czarna porzeczka, cukier) 250ml

KOLACJA I

- Szyńka biała drobiowa 60g (A: 1,3,7,9,10)
- Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)
- Chleb razowy 2szt 50g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Bukiet warzyw (brokuł, kalafior, marchew) 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: 2263,5 kcal• Białko ogółem: 87,9g• Tłuszcz ogółem: 82,8g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 25,9g• Węglowodany ogółem: 321,1g• Cukry: 61g• Błonnik pokarmowy: 33,6g• Sód: 1695,2mg• Sól: 4,24 g