

22.04.2024 - Poniedziałek



I ŚNIADANIE

- Zacierka na mleku (mleko, mąka pszenna, jajko, sól) 300ml (A:1,3,7)
- Sałatka jarzynowa (ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, jajko, jabłko, ogórek kiszony, cebula, groszek konserwowy, nać pietruszki, majonez, sól pieprz) (A: 3,9,10)
- Szyńka pomorska drobiowa 30g (A: 1,3,6,7,9,10)
- Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)
- Chleb razowy 1szt 25g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Sałata 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

II ŚNIADANIE

- Budyń (mleko, budyń, cukier) 200ml (A: 1,5,6,7,8)



OBIAD

- Zupa fasolowa z makaronem (kości wieprzowe, woszczyzna, makaron, fasola biała, mąka pszenna, cebula, czosnek, sól, pieprz) 350ml (A: 1,9)
- Śledź w śmietanie (śledzie matiasy, śmietana, cebula, jabłko, sól, pieprz) 100g/150ml (A: 4,7)
- Bukiet warzyw gotowanych (kalafior, brokuł, marchew) 150g
- Ziemniaki z koperkiem 200g
- Kompot owocowy (jabłko, czarna porzeczka, cukier) 250ml

KOLACJA I

- Ser topiony 50g (A: 7)
- Blok drobiowy 20g (A:1,6,7,9,10)
- Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)
- Chleb razowy 2szt 50g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Rzodkiewka 60g
- Sałata 20g
- 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: 2522,9kcal• Białko ogółem: 98g• Tłuszcz ogółem: 81,8• Nasycone kwasy tłuszczowe: 30,2g• Węglowodany ogółem: 386,6g• Cukry: 69,1g• Błonnik pokarmowy: 42,4g• Sód: 1912,3mg• Sól: 4,78g