

## 26.06.2024 - Środa



### **I ŚNIADANIE**

- Kasza jęczmienna na mleku 300ml (A: 1,7)
- Połędwica sopocka drobiowa 50g (A: 1,3,6,9,10)
- Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)
- Chleb razowy 1szt 25g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Biała rzodkiew plastry ze szczypiorkiem 70g
- Sałata 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

### **II ŚNIADANIE**

- Kisiel z jabłkiem 200ml (A: 1)



### **OBIAD**

- Zupa ogórkowa z ziemniakami (kości wieprzowe, włoszczyzna, ogórki kiszone, ziemniaki, śmietanka, sól, pieprz) 350ml (A: 7,9)
- Filet drobiowy pieczony z kabaczkim i ziołami (pierś z kurczaka, kabaczek, bazylija, nać pietruszki, sól, pieprz) 150g
- Ryż na sypko 200g
- Surówka z kapusty czerwonej 150g
- Kompot owocowy (jabłko, czarna porzeczka, cukier) 250ml

### **KOLACJA I**

- Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80g (A: 7)
- Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)
- Chleb razowy 2szt 50g(A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Dynia gotowana 70g
- Sałata 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

Regionalny Szpital w Kołobrzegu

	<p><b>KOLACJA II</b> <b>POSIŁEK WITAMINOWY</b> Mus warzywno - owocowy( cukinia, kiwi, szpinak, jabłko, banan) 100g</p>
<p><b>DOBOWE WARTOŚCI ODŻYWCZE:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Energia: 2083kcal</li><li>• Białko ogółem: 92,5g</li><li>• Tłuszcz ogółem: 57g</li><li>• Nasycone kwasy tłuszczowe: 16g</li><li>• Węglowodany ogółem: 327g</li><li>• Cukry: 66g</li><li>• Błonnik pokarmowy: 30,7g</li><li>• Sód: 1550mg</li><li>• Sól: 3,88g</li></ul>