



28.06.2024 - Piątek

	<p>I ŚNIADANIE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Makaron muszelki na mleku 300ml (A: 1,7) • Serek fromage 40g (A: 7) • Szyńka Gerwazego drobiowa 20g (A: 1,3,6,7,9,10) • Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1) • Chleb razowy 1szt 25g (A: 1) • Masło roślinne miękkie 15g • Papryka paski 70g • Sałata 10g • Herbata czarna z cukrem 250ml
	<p>II ŚNIADANIE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Galaretka truskawkowa z jogurtem 220g (A: 1,7) •
	<p>OBIAD</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zupa pomidorowa z ryżem (korpus z kurczaka, włoszczyzna, koncentrat pomidorowy, ryż, śmietanka, nać pietruszki, sól, pieprz) 350ml (A: 7,9) • Filet z dorsza smażony (filet z dorsza, mąka pszenna, olej rzepakowy, sól, pieprz) 110g (A: 1,4) • Ziemniaki z koperkiem 200g • Surówka meksykańska (kapusta biała, marchew, por, kukurydza, olej rzepakowy, sól, pieprz) 150g • Kompot owocowy (jabłko, czarna porzeczka, cukier) 250ml
	<p>KOLACJA I</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pasta z fasoli (fasola, cebula, koper, ketchup, musztarda, sól, pieprz) 80g (A: 6,9,10) • Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1) • Chleb razowy 2szt 50g (A: 1) • Masło roślinne miękkie 15g • Ogórek kiszony plastry 70g <ul style="list-style-type: none"> • Sałata 10g • Herbata czarna z cukrem 250ml

Regionalny Szpital w Kołobrzegu

	<p>KOLACJA II POSIŁEK WITAMINOWY Mus warzywno - owocowy(cukinia, kiwi, szpinak, jabłko, banan) 100g</p>
<p>DOBOWE WARTOŚCI ODŻYWCZE:</p>	<ul style="list-style-type: none">• Energia: 2203kcal• Białko ogółem: 98,5g• Tłuszcz ogółem: 63g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 13g• Węglowodany ogółem: 340g• Cukry: 52g• Błonnik pokarmowy: 31,7g• Sód: 1667mg• Sól: 4,17g