

02.07.2024 - Wtorek



**I ŚNIADANIE**

- Płatki jęczmienne na mleku 300ml (A: 1,7,8,11)
- Galareta drobiowa (mięso z kurczaka, marchew , pietruszka, seler, żelatyna, sól, pieprz) 150g (A: 9)
- Chleb zwykły 2szt 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**

- Koktajl mleczno-owocowy 200ml (A: 7)



**OBIAD**

- Zupa pieczarkowa z ziemniakami(kości wieprzowe, włoszczyzna, pieczarki, ziemniaki, śmietanka sól, pieprz) 350ml (A: 7,9)
- Schab pieczony w sosie własnym (schab, cebula , mąka pszenna, olej rzepakowy, sól , pieprz) 100g/150ml (A: 1)
- Kasza jęczmienna na sypko 200g (A: 1)
- Surówka wielowarzywna ( marchew, pietruszka, seler, jabłko ,śmietana, sól) 150g (A: 7,9)
- Kompot owocowy( jabłko, czarna porzeczka, cukier) 250ml

**KOLACJA I**

- Pasta z soczewicy (soczewica czerwona, cebula, czosnek, bazylią, nać pietruszki, olej rzepakowy, sól, pieprz) 80g
- Chleb zwykły 2szt 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

	<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: 2312kcal</li><li>• Białko ogółem: 116,5g</li><li>• Tłuszcz ogółem: 67g</li><li>• Nasycone kwasy tłuszczowe: 21g</li><li>• Węglowodany ogółem: 348g</li><li>• Cukry: 58g</li><li>• Błonnik pokarmowy: 40,7g</li><li>• Sód: 1558mg</li><li>• Sól: 3,9g</li></ul>