

01.08.2024 - Czwartek

	<p>I ŚNIADANIE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Płatki jęczmienne na mleku 300ml (A: 1,7,8,11) • Ser żółty 50g (A: 7) • Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1) • Chleb razowy 1szt 25g (A: 1) • Masło roślinne miękkie 15g • Pomidor 70g • Sałata 10g • Herbata czarna z cukrem 250ml
	<p>II ŚNIADANIE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kefir 1szt 150ml (A: 7)
	<p>OBIAD</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zupa szpinakowa z makaronem (kości wieprzowe, włoszczyzna, szpinak, makaron, śmietanka, czosnek, sól, pieprz) 350ml (A: 1,3,6,7,9,10) • Sznyceł mielony wieprzowy z pieczarkami- smażony-półmięśny 100g (łopatka wieprzowa, jajko, bułka pszenna, pieczarki, olej rzepakowy, sól, pieprz) 100g (A: 1,3,) • Ziemniaki z koperkiem 200g • Sałata lodowa z marchewką , koperkiem i olejem rzepakowym 150g • Kompot owocowy (jabłko, czarna porzeczka, cukier) 250ml
	<p>KOLACJA I</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 15g • Herbata czarna z cukrem 250ml

Regionalny Szpital w Kołobrzegu

	KOLACJA II POSIŁEK WITAMINOWY Mus warzywno - owocowy(cukinia, kiwi, szpinak, jabłko, banan) 100g
DOBOWE WARTOŚCI ODŻYWCZE:	<ul style="list-style-type: none">• Energia: 2127kcal• Białko ogółem: 82,5g• Tłuszcz ogółem: 78g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 24g• Węglowodany ogółem: 302g• Cukry: 52g• Błonnik pokarmowy: 33,7g• Sód: 1786mg•Sól: 4,31g