

19.08.2024 - Poniedziałek



I ŚNIADANIE

- Makaron muszelki na mleku 300ml (A: 1,7)
- Pasta z jajka ze szczypiorkiem 80g (A: 3,10)
- Chleb zwykły 50g (A: 1)
- Chleb razowy 1szt. 25g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Pomidor plastry 70g
- Sałata 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

II ŚNIADANIE

- Koktajl mleczno-owocowy (jogurt naturalny, truskawki, cukier) 200ml (A: 7)



OBIAD

- Zupa brokułowa z ziemniakami (korpus z kurczaka, włoszczyzna, brokuły mrożone, ziemniaki, śmietanka, nać pietruszki, sól, pieprz) 350ml (A: 7,9)
- Zraz mielony wieprzowo -drobiowy duszony w sosie własnym (łopatka wieprzowa, mięso gulaszowe drobiowe, jaja, mąka pszenna, bułka pszenna, sól , pieprz) 100g/100ml (A: 1,3)
- Kasza jęczmienna na sypko 200g (A: 1)
- Sałatka z buraczków i jabłka z olejem rzepakowym 150g
- Kompot owocowy (jabłko, czarna porzeczka, cukier) 250ml

KOLACJA I

- Pasta z makreli wędzonej z ogórkiem kiszonym (makreła wędzona, cebula, pieprz) 80g (A:3,4,6,9,10)
- Chleb zwykły 50g (A: 1)
- Chleb razowy 2szt. 50g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Ogórek małosolny plastry 70g
- Sałata 10g
- 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: 2352kcal• Białko ogółem: 100,5g• Tłuszcz ogółem: 84g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 23g• Węglowodany ogółem: 326g• Cukry: 59g• Błonnik pokarmowy: 31,7g• Sód: 1733mg• Sól: 4,33g