



21.08.2024 - Środa

	<p>I ŚNIADANIE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kasza kukurydziana na mleku 300ml (A: 7) • Serek fromage 40g (A: 7) • Szynka szkolna wieprzowa 20g (A: 1,6,7,9,10) • Chleb zwykły 50g (A: 1) • Chleb razowy 1szt. 25g (A: 1) • Masło roślinne miękkie 15g • Biała rzodkiew ze szczypiorkiem plastry 70g • Sałata 10g • Herbata czarna z cukrem 250ml
	<p>II ŚNIADANIE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jogurt naturalny z jabłkiem 200g (A: 7)
	<p>OBIAD</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zupa wiejska (korpus z kurczaka, włoszczyzna, ziemniaki, mąka pszenna, jajko, natka pietruszki, sól, pieprz) 350ml (A: 1,3,9) • Gołąbek leniwy duszony w sosie pomidorowym (łopatka wieprzowa, kapusta biała, cebula, ryż, mąka pszenna, przecier pomidorowy, jajo, śmietanka, sól, pieprz) 100g/100ml (A: 1,3,7) • Ziemniaki z koperkiem 200g • Brokuły gotowane 150g • Kompot owocowy(jabłko, czarna porzeczka, cukier) 250ml
	<p>KOLACJA I</p> <ul style="list-style-type: none"> • Galareta drobiowa (mięso z kurczaka, marchew ,pietruszka, seler, żelatyna, sól, pieprz) 150g (A: 9) • Chleb zwykły 50g (A: 1) • Chleb razowy 2szt. 50g (A: 1) • Masło roślinne miękkie 15g • Ogórek świeży 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: 2261kcal• Białko ogółem: 102,5g• Tłuszcz ogółem: 54g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 18g• Węglowodany ogółem: 368g• Cukry: 68g• Błonnik pokarmowy: 33,7g• Sód: 1571mg• Sól: 3,93g