

16.09.2024 - Poniedziałek



I ŚNIADANIE

- Ryż na mleku 300ml (A:7)
- Szyńka drobiowa zielonogórska 20g (A: 1,3,6,7,9,10)
- Twaróg w kawałku ze szczypiorkiem 40/5g (A: 7)
- 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

- Maślanka naturalna 200ml (A:7)



OBIAD

- Zupa ziemniaczana (korpus z kurczaka, włoszczyzna, nać pietruszki, ziemniaki, śmietanka sól, ziele angielskie) 350ml (A: 7,9)
- Klopsiki drobiowo - wieprzowe w sosie koperkowym - gotowane (pierś z kurczaka, łopatka wieprzowa, jajko, bułka pszenna, koperek, śmietanka, sól, pieprz 2szt -100g/150ml (A: 1,3,7)
- Kasza jęczmienna na sypko 200g (A: 1)
- Sałatka z buraczków i cebuli z olejem rzepakowym 150g
- Kompot owocowy (jabłko, czarna porzeczka, cukier) 250ml

KOLACJA I

- Pasta z makreli wędzonej (makrela wędzona, cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz) 80g (A:3,4,6,9,10)
- 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

	<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: 2222,8kcal• Białko ogółem: 95,4g• Tłuszcz ogółem: 71,9g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 20g• Węglowodany ogółem: 323,5g• Cukry: 55g• Błonnik pokarmowy: 29,4g• Sód: 1726,8mg• Sól: 4,32g