

30.10.2024 - Środa



I ŚNIADANIE

- Kasza kukurydziana na mleku 300ml (A: 7)
- Serek fromage 40g (A: 7)
- Szyńka 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

II ŚNIADANIE

- Jogurt naturalny z jabłkiem 200g (A: 7)



OBIAD

- 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

KOLACJA I

- 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

	<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: 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