

05.11.2024 - Wtorek



**I ŚNIADANIE**

- Ryż na mleku 300ml (A:7)
- Galareta drobiowa (mięso z kurczaka, marchew , pietruszka, seler, żelatyna, sól, pieprz) 150g (A: 9)
- Chleb zwykły 50g (A: 1)
- Chleb razowy 1szt. 25g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Ogórek świeży plastry 70g
- Sałata 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

**II ŚNIADANIE**

- Maślanka z czarną porzeczką (maślanka, czarna porzeczką, cukier) 200ml (A: 7)



**OBIAD**

- Zupa pieczarkowa z makaronem (korpus z kurczaka, woszczyzna, pieczarki, makaron, śmietanka sól, pieprz) 350ml (A: 1,7,9)
- Sznycel mielony z dorsza , z ziołami- smażony ( filet z dorsza, bułka tarta, bułka pszenna, jaja, cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz ) 100g (A: 1,3,4)
- Ziemniaki z koperkiem 200g
- Surówka z kapusty kiszonej i marchewki z olejem rzepakowym 150g
- Kompot owocowy ( jabłko, czarna porzeczką, cukier) 250ml

**KOLACJA I**

- Pasta z soczewicy 80g
- Chleb zwykły 50g (A: 1)
- Chleb razowy 2szt. 50g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Papryka świeża paski 70g
- Sałata 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

Regionalny Szpital w Kołobrzegu

	<b>KOLACJA II</b> <b>POSIŁEK WITAMINOWY</b> Mus warzywno - owocowy( cukinia, kiwi, szpinak, jabłko, banan) 100g
<b>DOBOWE WARTOŚCI ODŻYWCZE:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Energia: 2269kcal</li><li>• Białko ogółem: 107,5g</li><li>• Tłuszcz ogółem: 67g</li><li>• Nasycone kwasy tłuszczowe: 15g</li><li>• Węglowodany ogółem: 342g</li><li>• Cukry: 65g</li><li>• Błonnik pokarmowy: 37,7g</li><li>• Sód: 1533mg</li><li>• Sól: 3,83g</li></ul>