



## 12.11.2024 - Wtorek

	<p><b>I ŚNIADANIE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kasza manna na mleku 300ml(A: 1,7)</li> <li>• Połędwica drobiowa 20g (A: 1,3,6,7,9,10)</li> <li>• Jajko gotowane 1szt. 50g (A: 3)</li> <li>• Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)</li> <li>• Chleb razowy 1szt 25g (A: 1)</li> <li>• Masło roślinne miękkie 15g</li> <li>• Papryka paski 70g</li> <li>• Sałata 10g</li> <li>• Herbata czarna z cukrem 250ml</li> </ul>
	<p><b>II ŚNIADANIE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sok wieloowocowy 200ml</li> </ul>
	<p><b>OBIAD</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zupa barszcz czerwony z ziemniakami (korpus z kurczaka, włoszczyzna, buraki, ziemniaki, kwasek cytrynowy, śmietanka, sól, pieprz) 350ml (A: 7,9)</li> <li>• Pierogi z twarogiem-gotowane ( twaróg, jajka, mąka pszenna, cukier waniliowy, olej rzepakowy, sól ) 300g (A: 1,3,7)</li> <li>• Surówka z selera i jabłka(seler, jabłko, śmietana) 150g (A: 7,9)</li> <li>• Jogurt naturalny 100ml (A: 7)</li> <li>• Kompot owocowy ( jabłko, czarna porzeczka, cukier) 250ml</li> </ul>
	<p><b>KOLACJA I</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta z soczewicy (soczewica czerwona, cebula, czosnek, bazylią, nać pietruszki, olej rzepakowy, sól, pieprz) 80g</li> <li>• Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)</li> <li>• Chleb razowy 2szt 50g (A: 1)</li> <li>• Masło roślinne miękkie 15g</li> <li>• Pomidor plastry 70g</li> <li>• Sałata 10g</li> <li>• Herbata czarna z cukrem 250ml</li> </ul>

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: 2508kcal</li><li>• Białko ogółem: 78,5g</li><li>• Tłuszcz ogółem: 71g</li><li>• Nasycone kwasy tłuszczowe: 21g</li><li>• Węglowodany ogółem: 423g</li><li>• Cukry: 80g</li><li>• Błonnik pokarmowy: 39,7g</li><li>• Sód: 1724mg</li><li>• Sól: 4,31g</li></ul>