

## 25.11.2024 - 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><b>KOLACJA II</b> <b>POSIŁEK WITAMINOWY</b> Mus warzywno - owocowy( cukinia, kiwi, szpinak, jabłko, banan) 100g</p>
<p><b>DOBOWE WARTOŚCI ODŻYWCZE:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Energia: 2222,8kcal</li><li>• Białko ogółem: 95,4g</li><li>• Tłuszcz ogółem: 71,9g</li><li>• Nasycone kwasy tłuszczowe: 20g</li><li>• Węglowodany ogółem: 323,5g</li><li>• Cukry: 55g</li><li>• Błonnik pokarmowy: 29,4g</li><li>• Sód: 1726,8mg</li><li>• Sól: 4,32g</li></ul>