

25.12.2024 - Środa

	<p>I ŚNIADANIE</p> <ul style="list-style-type: none">• Kasza jaglana na mleku 350ml (A: 7)• Kiełbasa biała 100g (A: 1,6,9,10)• Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)• Chleb razowy 1szt 25g (A: 1)• Masło roślinne miękkie 15g• Ćwikła z chrzanem 15g• Mandarynka 1szt 100g• Sałata 10g• Strucel z makiem (mąka pszenna, mak niebieski, jajko, drożdże, cukier, sól) 60g (A: 1,7,21)• Herbata czarna z cukrem 250ml
	<p>II ŚNIADANIE</p> <ul style="list-style-type: none">• Jogurt naturalny 1szt 150g (A: 7)
	<p>OBIAD</p> <ul style="list-style-type: none">• Rosół z makaronem (korpus kurczaka, włoszczyzna, makaron, cebula, nać pietruszki, sól, pieprz) 350ml (A: 1,3,9)• Udko z kurczaka pieczone w ziołach (udko z kurczaka, tymianek, bazylia, oregano, olej rzepakowy, sól , pieprz) 200g• Marchew oprószana (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 150g (A:1,7)• Ziemniaki z koperkiem 200g• Kompot owocowy(jabłko, czarna porzeczka) 250ml
	<p>KOLACJA I</p> <ul style="list-style-type: none">• Szyńka konserwowa wieprzowa 60g (A: 1,6,7,9,10)• Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)• Chleb razowy 2szt 50g (A: 1)• Masło roślinne miękkie 15g• Pomidor 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: 2322kcal• Białko ogółem: 109,5g• Tłuszcz ogółem: 73g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 21g• Węglowodany ogółem: 337g• Cukry: 65g• Błonnik pokarmowy: 35,7g• Sód: 1901mg• Sól: 4,75g