

22.01.2025 - Środa



I ŚNIADANIE

- Kasza jęczmienna na mleku 300ml (A: 1,7)
- Poledwica sopocka drobiowa 50g (A: 1,3,6,9,10)
- Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)
- Chleb razowy 1szt 25g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Biała rzodkiew plastry ze szczypiorkiem 70g
- Sałata 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

II ŚNIADANIE

- Kisiel z jabłkiem 200ml (A: 1)



OBIAD

- Zupa ogórkowa z ziemniakami (kości wieprzowe, włoszczyzna, ogórki kiszone, ziemniaki, śmietanka, sól, pieprz) 350ml (A: 7,9)
- Filet drobiowy pieczony z kabaczkim i ziołami (pierś z kurczaka, kabaczek, bazylija, nać pietruszki, sól, pieprz) 150g
- Ryż na sypko 200g
- Surówka z kapusty czerwonej 150g
- Kompot owocowy(jabłko, czarna porzeczka, cukier) 250ml

KOLACJA I

- Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80g (A: 7)
- Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)
- Chleb razowy 2szt 50g(A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Dynia gotowana 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: 2083kcal• Białko ogółem: 92,5g• Tłuszcz ogółem: 57g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 16g• Węglowodany ogółem: 327g• Cukry: 66g• Błonnik pokarmowy: 30,7g• Sód: 1550mg• Sól: 3,88g