

## 03.03.2025 - Poniedziałek



### **I ŚNIADANIE**

- Zacierka na mleku (mleko, mąka pszenna, jajko, sól) 300ml (A:1,3,7)
- Szyńka drobiowa 30g (A: 1,6,9,10)
- Sałatka jarzynowa ( ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, jajko, jabłko, ogórek kiszony, cebula, groszek zielony, nać pietruszki, majonez, sól pieprz) 100g (A: 3,9,10)
- Chleb zwykły 50g (A: 1)
- Chleb razowy 1szt. 25g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Sałata 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

### **II ŚNIADANIE**

- Budyń (mleko, budyń, cukier) 200ml (A: 1,5,6,7,8)



### **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 (mięso gulaszowe drobiowe, łopatka wieprzowa, jajko, bułka pszenna, mąka pszenna, koperek, śmietanka, sól , pieprz) 2szt -100g/150ml (A: 1,3,7)
- Surówka z marchwi i jabłka (marchew ,jabłko, śmietana) 150g (A:7)
- Kasza jęczmienna na sypko 200g (A: 1)
- Kompot owocowy ( jabłko, czarna porzeczka, cukier) 250ml

### **KOLACJA I**

- Szyńka zielonogórska wieprzowa 20g (A;1,3,6,9)
- Ser topiony 50g(A;7)
- Chleb zwykły 50g (A: 1)
- Chleb razowy 2szt. 50g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Rzodkiewka 60g
- Sałata 20g
- 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: 2267kcal</li><li>• Białko ogółem: 84,5g</li><li>• Tłuszcz ogółem: 67g</li><li>• Nasycone kwasy tłuszczowe: 26g</li><li>• Węglowodany ogółem: 360g</li><li>• Cukry: 61g</li><li>• Błonnik pokarmowy: 34,7g</li><li>• Sód: 1778mg</li><li>• Sól: 4,45g</li></ul>