

13.03.2025 - Czwartek



I ŚNIADANIE

- Makaron świderki na mleku 300ml (A: GLU, JAJ, MLE)
- Szynka zielonogórska wieprzowa 20g (A: SOJ, SEL, MLE, GOR, JAJ)
- Dżem truskawkowy niskosłodzony 30g
- Chleb zwykły pszenno-żytni 2szt. 50g (A: GLU, SOJ)
- Chleb razowy 1szt. 25g (A: GLU)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Ogórek świeży plastry 70g
- Sałata masłowa 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

II ŚNIADANIE

- Maślanka naturalna 1szt. 200g (A: MLE)



OBIAD

- Zupa ziemniaczana (korpus z kurczaka, włoszczyzna, nać pietruszki, ziemniaki, śmietanka sól, ziele angielskie) 350ml (A: MLE, SEL)
- Schab pieczony w sosie własnym (schab, cebula, mąka pszenna, olej rzepakowy, oregano, rozmaryn, sól, pieprz) 100g/150ml (A: GLU)
- Kasza jęczmienna na sypko 200g (A: GLU)
- Sałatka z buraczków z cebulą i olejem rzepakowym 150g
- Kompot owocowy (jabłko, czarna porzeczka, cukier) 250ml

KOLACJA I

- Paszтет drobiowy zapiekany 60g (A: GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR, MLE)
- Chleb zwykły pszenno-żytni 2szt. 50g (A: GLU, SOJ)
- Chleb razowy 2szt. 50g (A: GLU)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Papryka paski 70g
- Sałata masłowa 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

Regionalny Szpital w Kołobrzegu

	KOLACJA II POSIŁEK WITAMINOWY Mus warzywno - owocowy(cukinia, kiwi, szpinak, jabłko, banan) 100g
DOBOWE WARTOŚCI ODŻYWCZE:	<ul style="list-style-type: none">• Energia: 2350,1kcal• Białko ogółem: 97,5g• Tłuszcz ogółem: 66,7g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 22,8g• Węglowodany ogółem: 352,9g• Cukry: 84,2g• Błonnik pokarmowy: 28,7g• Sód: 1330,6mg• Sól: 3,33g