

27.05.2025 - Wtorek



**I ŚNIADANIE**

- Płatki owsiane na mleku 300ml (A: GLU,MLE)
- Połędwica drobiowa 50g (A:GLU,SOJ,MLE)
- Chleb zwykły pszenno- żytni 2szt. 50g (A: GLU,SOJ)
- Chleb razowy 1szt. 25g (A: GLU)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Rzodkiewka tarta 60g
- Sałata masłowa 20g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

**II ŚNIADANIE**

- Kefir 1szt 150ml (A: MLE)



**OBIAD**

- Zupa ogórkowa z ziemniakami (kości wieprzowe, włoszczyzna, ogórki kiszzone, ziemniaki, czosnek, śmietanka, sól, pieprz) 350ml (A: MLE,SEL)
- Gulasz mięsny wieprzowy duszony( łopatka wieprzowa, cebula, olej rzepakowy, mąka pszenna, sól , pieprz, papryka słodka) 100g/150ml (A: GLU)
- Ryż na sypko 200g
- Surówka z kapusty białej i marchewki z olejem rzepakowym 150g
- Kompot owocowy (jagoda, truskawka, czarna porzeczka, czerwona porzeczka, malina, jeżyna, cukier) 250ml
- 

**KOLACJA I**

- Pasta z białej fasoli (biała fasola, cebula, czosnek, bazylia, nać pietruszki, olej rzepakowy, sól, pieprz) 80g(A: SEL,GOR)
- Chleb zwykły pszenno- żytni 2szt. 50g (A: GLU,SOJ)
- Chleb razowy 2szt. 50g (A: GLU)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Pomidor plastry 70g
- Sałata masłowa 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: 2166,8kcal</li><li>• Białko ogółem: 85,5g</li><li>• Tłuszcz ogółem: 60,3g</li><li>• Nasycone kwasy tłuszczowe: 21g</li><li>• Węglowodany ogółem: 290,1g</li><li>• Cukry: 78,8g</li><li>• Błonnik pokarmowy: 33,3g</li><li>• Sód: 1615,3mg</li><li>• Sól: 4,04g</li></ul>