

02.09.2025 - Wtorek



**I ŚNIADANIE**

- Ryż na mleku 300ml (A: MLE)
- Galaretką drobiowa (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, żelatyna, mąka pszenna, sól, pieprz czarny) 150g (A:GLU,SEL)
- Chleb zwykły pszenno-żytni 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**

- Koktajl truskawkowy z jogurtem 200ml (A:MLE )



**OBIAD**

- Zupa botwinka z ziemniakami (kości wędzone, woszczyzna, botwinka, ziemniaki, śmietanka, majeranek, cukier, czosnek granulowany, sól, pieprz czarny, kwasek cytrynowy, liść laurowy, ziele angielskie, jarzynka naturalna) 350ml (A:MLE,SEL)
- Pyzy z mięsem wieprzowym- gotowane (mięso wieprzowe, grysik ziemniaczany, mąka ziemniaczana, cebula, bułka tarta, mąka pszenna, drożdże, sól, pieprz, olej rzepakowy) 300g (A: GLU, JAJ, SOJ,MLE,SEL)
- Kapusta kiszona gotowana 150g
- Kompot owocowy (jagoda, truskawka, czarna porzeczka, czerwona porzeczka, malina, jeżyna, cukier) 250ml

**KOLACJA I**

- Szyńka drobiowa gotowana 60g(A: GLU,SOJ,MLE)
- Chleb zwykły pszenno-żytni 50g (A: GLU,SOJ)
- Chleb razowy 2szt. 50g (A: GLU,)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Pasta z cukinii z koperkiem 70g
- Sałata masłowa 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

Regionalny Szpital w Kołobrzegu

|   |   |
|---|---|
|   | <p><b>KOLACJA II</b><br/><b>POSIŁEK WITAMINOWY</b><br/>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: 2287,5kcal</li><li>• Białko ogółem: 84,3g</li><li>• Tłuszcz ogółem: 69,1g</li><li>• Nasycone kwasy tłuszczowe: 28,1g</li><li>• Węglowodany ogółem: 335,4g</li><li>• Cukry: 83g</li><li>• Błonnik pokarmowy: 34,9g</li><li>• Sód: 1948,5mg</li><li>• Sól: 4,87g</li></ul> |