

10.09.2025 - Środa



I ŚNIADANIE

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

II ŚNIADANIE

- Kisiel z tartym jabłkiem (kisiel, jabłka ,mąka pszenna, cukier) 200ml (A: GLU)



OBIAD

- Zupa ogórkowa z ziemniakami (kości wieprzowe, włoszczyzna, ogórki kiszone, ziemniaki, śmietanka, sól, pieprz czarny, liść laurowy, ziele angielskie, jarzynka naturalna) 350ml (A: MLE, SEL)
- Gulasz mięsny wieprzowy duszony(łopatka wieprzowa, cebula, olej rzepakowy, mąka pszenna, sól , pieprz czarny, papryka słodka, ziele angielskie, liść laurowy 200g (A: GLU)
- Ryż na sypko 200g
- Surówka z kapusty czerwonej z olejem (kapusta czerwona, cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz czarny) 150g
- Kompot owocowy (jagoda, truskawka, czarna porzeczka, czerwona porzeczka, malina, jeżyna, cukier) 250ml

KOLACJA I

- Pasta twarogowa ze szczypiorkiem(ser twarogowy półtłusty, mleko, szczypiorek, sól) 80g (A: MLE)
- Chleb pszenno- żytni 2szt. 50g (A: GLU,SOJ)
- Chleb razowy 2szt 50g (A: GLU)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Dynia gotowana 70g
- Sałata masłowa 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: 2445,8kcal• Białko ogółem: 104,5g• Tłuszcz ogółem: 76,6g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 22,6g• Węglowodany ogółem: 347,6g• Cukry: 92• Błonnik pokarmowy: 36,9g• Sód: 1786,6mg• Sól: 4,47g