

10.11.2025 - Poniedziałek



I ŚNIADANIE

- Zupa mleczna z makaronem muszelki 300ml (A: GLU,JAJ,MLE)
- Pasta z jajka ze szczypiorkiem 80g (A: MLE)
- Chleb zwykły 2szt 50g (A: GLU,SOJ)
- Chleb razowy 1szt 25g (A: GLU)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Pomidor 70g
- Sałata masłowa 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

II ŚNIADANIE

- Koktajl truskawkowy na jogurcie z cukrem 200ml (A: MLE)



OBIAD

- Zupa kalafiorowa z ziemniakami (korpus z kurczaka, włoszczyzna, kalafior, natka pietruszki, ziemniaki, śmietanka sól, pieprz czarny, liść laurowy, ziele angielskie,) 350ml (A: MLE,SEL)
- Zrazik mielony wieprzowy gotowany na parze w sosie własnym (łopatka wieprzowa, bułka tarta, jajko, mąka pszenna, śmietanka, sól, pieprz czarny) 100g/150ml (A: GLU,JAJ)
- Kasza gryczana 200g
- Sałatka z buraczków i jabłka z olejem rzepakowym 150g
- Kompot owocowy (aronia, śliwka, porzeczka czerwona, agrest, truskawka, cukier) 250ml

KOLACJA I

- Pasta z białej fasoli (fasola „Jaś”, włoszczyzna, koper, ketchup, musztarda, cebula, koper, sól, pieprz czarny) 80g (A: GOR, SEL)
- Chleb zwykły 2szt 50g (A: GLU,SOJ)
- Chleb razowy 2szt 50g (A: GLU)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Rzodkiewka czerwona 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: 2082,7kcal• Białko ogółem: 77,7g• Tłuszcz ogółem: 60g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 17,5g• Węglowodany ogółem: 318,9g• Cukry: 84,8g• Błonnik pokarmowy: 35,7g• Sód:1204,2mg• Sól: 3,01g