


## 13.11.2025 - Czwartek

	<p><b>I ŚNIADANIE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zupa mleczna z kasza manną 300ml(A: GLU,MLE)</li> <li>• Pasta twarogowa z koperkiem 80g (A: MLE)</li> <li>• Chleb zwykły 2szt 50g (A: GLU,SOJ)</li> <li>• Chleb razowy 1szt 25g (A: GLU)</li> <li>• Masło roślinne miękkie 15g</li> <li>• Sałata masłowa 10g</li> <li>• Pomidor 70g</li> <li>• Herbata czarna z cukrem 250ml</li> </ul>
	<p><b>II ŚNIADANIE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Maślanka z bananem i czarną porzeczką z cukrem 200ml (A: MLE)</li> </ul>
	<p><b>OBIAD</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zupa wiejska z domową zacierką i ziemniakami (korpus z kurczaka, włoszczyzna, ziemniaki, mąka pszenna, jajko, liść laurowy, natka pietruszki, sól, pieprz czarny) 350ml (A: GLU,JAJ,SEL)</li> <li>• Pałki z kurczaka pieczone w ziołach (pałki z kurczaka, majeranek, oregano, papryka słodka, olej rzepakowy, sól) 200g</li> <li>• Fasolka szparagowa gotowana na parze 150g</li> <li>• Ziemniaki z koperkiem 200g</li> <li>• Kompot owocowy (aronia, śliwka, porzeczka czerwona, agrest, truskawka, cukier) 250ml</li> </ul>
	<p><b>KOLACJA I</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Szyńka wieprzowa szkolna 60g (A: GLU,SOJ,MLE)</li> <li>• Chleb zwykły 2szt 50g (A: GLU,SOJ)</li> <li>• Chleb razowy 2szt 50g (A: GLU)</li> <li>• Masło roślinne miękkie 15g</li> <li>• Rzodkiewka biała 60g</li> <li>• Sałata masłowa 20g</li> <li>• Herbata czarna z cukrem 250ml</li> </ul>

Regionalny Szpital w Kołobrzegu

	<b>KOLACJA II</b> <b>POSIŁEK WITAMINOWY</b> Mus warzywno - owocowy( cukinia, kiwi, szpinak, jabłko, banan) 100g
<b>DOBOWE WARTOŚCI ODŻYWCZE:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Energia: 2119kcal</li><li>• Białko ogółem: 97,3g</li><li>• Tłuszcz ogółem: 60,9g</li><li>• Nasycone kwasy tłuszczowe: 17,2g</li><li>• Węglowodany ogółem: 304,2g</li><li>• Cukry: 83,7g</li><li>• Błonnik pokarmowy: 29,8g</li><li>• Sód: 1114,1mg</li><li>• Sól: 2,79g</li></ul>