

## 24.11.2025 - Poniedziałek



### **I ŚNIADANIE**

- Zupa mleczna z kasza manną 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 tarta 70g
- Sałata masłowa 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

### **II ŚNIADANIE**

- Koktajl truskawkowy (maślanka, truskawki, cukier) 200ml (A: MLE)



### **OBIAD**

- Zupa wiejska z domową zacierką i ziemniakami (korpus z kurczaka, włoszczyzna, ziemniaki, mąka pszenna, jajo, natka pietruszki, liść laurowy, sól, pieprz czarny) 350ml (A: GLU,JAJ,SEL)
- Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą w sosie pomidorowym duszony (łopatka wieprzowa, kapusta biała, ryż biały, mąka pszenna, bułka tarta, koncentrat pomidorowy, jajo, olej rzepakowy, śmietanka, sól , pieprz czarny) 100g/150ml (A: GLU,JAJ,SEL,MLE)
- Ziemniaki z koperkiem 200g
- Brokuł gotowany na parze (brokuł, sól) 150g
- Kompot owocowy (aronia, śliwka, porzeczka czerwona, agrest, truskawka, cukier) 250ml

### **KOLACJA I**

- Pasta z makreli wędzonej ( makreła wędzona, majonez ,ketchup, natka pietruszki, jajo, cebula, sól, pieprz czarny) 80g (A:JAJ,RYB,GOR)
- Chleb pszenno - żytni 2szt. 50g (A: GLU,SOJ)
- Chleb razowy 2szt. 50g (A: GLU)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Ogórek kiszony 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: 2226,2 kcal</li><li>• Białko ogółem: 97,4g</li><li>• Tłuszcz ogółem: 63,2g</li><li>• Nasycone kwasy tłuszczowe: 19,2g</li><li>• Węglowodany ogółem: 326,4g</li><li>• Cukry: 81,4g</li><li>• Błonnik pokarmowy: 31,8g</li><li>• Sód: 2133,2mg</li><li>• Sól: 5,33g</li></ul>