

25.11.2025 - Wtorek



I ŚNIADANIE

- Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (A: GLU,MLE)
- Pasta z jajka z koperkiem (jajo, majonez ,koper) 80g (A: JAJ,GOR)
- Chleb pszenno - żytni 2szt. 50g (A: GLU,SOJ)
- Chleb razowy 1szt. 25g (A:GLU)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Papryka świeża paski 70g
- Sałata masłowa 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

II ŚNIADANIE

- Sok multiwitamina - sok z owoców i marchwi /soki z zagęszczanych soków i przeciery z jabłek, ananasów, pomarańczy, mango, marchwi, bananów, winogron, brzoskwiń, passiflory, liczi, limetek, gujawy, kaktusa, kiwi, papai 200ml



OBIAD

- Zupa grochowa z ziemniakami (kości wieprzowe, włoszczyzna, groch łuskany, ziemniak, natka pietruszki, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, czosnek granulowany, sól, pieprz czarny) 350ml (A: SEL)
- Pierogi z serem - gotowane (twaróg półtłusty, jajka, mąka pszenna, cukier waniliowy, olej rzepakowy, sól) 300g (A: GLU,JAJ,MLE,MCK)
- Jogurt naturalny 100ml (A: MLE)
- Surówka z marchewki i jabłka z olejem (marchew, jabłko, natka pietruszki, olej rzepakowy)150g
- Kompot owocowy (aronia, śliwka, porzeczka czerwona, agrest, truskawka, cukier) 250ml

KOLACJA I

- Pasta z soczewicy (soczewica, cebula, ketchup , musztarda, natka pietruszki, olej rzepakowy, sól, pieprz czarny) 80g (A: GOR)
- Chleb pszenno - żytni 2szt. 50g (A: GLU,SOJ)
- Chleb razowy 2szt. 50g (A: GLU)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Pomidor plastry 60g
- Sałata masłowa 20g
- 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: 2302kcal• Białko ogółem: 89,9g• Tłuszcz ogółem: 68,2g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 27,3g• Węglowodany ogółem: 344,4g• Cukry: 97,9g• Błonnik pokarmowy: 36,3g• Sód: 1104mg• Sól: 2,76g