

27.11.2025 - Czwartek



I ŚNIADANIE

- Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (A:,MLE)
- Ser żółty 50g (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

- Kefir 1szt/150g (A: MLE)



OBIAD

- Zupa szpinakowa z makaronem (korpus z kurczaka, włoszczyzna, szpinak, makaron świderki, śmietanka, sól, pieprz czarny, liść laurowy, ziele angielskie, natka pietruszki,) 350ml (A:GLU,JA,MLE,SEL)
- Sznyceł mielony wieprzowy z kukurydzą i pieczarkami - półmięśny, smażony (łopatka wieprzowa, pieczarki, kukurydza, bułka wrocławska, mąka pszenna, jajko, cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz czarny) 100g (A: GLU,JA)
- Ziemniaki z koperkiem 200g
- Sałata lodowa z marchewką i olejem rzepakowym(sałata lodowa, koperek świeży, marchew, olej rzepakowy, sól) 150g
- Kompot owocowy (aronia, śliwka, porzeczka czerwona, agrest, truskawka, cukier) 250ml

KOLACJA I

- Półdzwica drobiowa 60g (A;GLU,SOJ,MLE)
- Chleb zwykły 2szt. 50g (A: GLU,SOJ)
- Chleb razowy 2szt. 50g (A: GLU)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Pasta z cukinii z koperkiem 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: 1946,4kcal• Białko ogółem: 77,3g• Tłuszcz ogółem: 70,2g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 21,6g• Węglowodany ogółem: 258,5g• Cukry: 57,1g• Błonnik pokarmowy: 28,5g• Sód: 1547,6mg• Sól: 3,87g