

27.12.2024 - Piątek



I ŚNIADANIE

- Makaron muszelki na mleku 300ml (A: 1,7)
- Serek fromage 40g (A: 7)
- Szynka gerwazego drobiowa 20g (A: 1,6,7,9,10)
- Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)
- Chleb razowy 1szt 25g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Papryka paski 70g
- Sałata 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

II ŚNIADANIE

- Budyń (mleko, budyń, cukier) 200ml (A: 1,5,6,7,8)



OBIAD

- Zupa krupnik jaglany (korpus z kurczaka, włoszczyzna, kasza jaglana, ziemniaki, nać pietruszki, sól, pieprz) 350ml (A: 9)
- Sznycel mielony z dorsza z ziołami - smażony (filet z dorsza, bułka tarta, bułka pszenna, jaja, cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz) 100g (A: 1,3,4)
- Surówka meksykańska (kapusta biała, marchew, por, kukurydza, kwasek cytrynowy, olej rzepakowy, sól, pieprz) 150g
- Ziemniaki z koperkiem 200g
- Kompot owocowy(jabłko, czarna porzeczka) 250ml

KOLACJA I

- Pasta z fasoli (fasola, cebula, koper, ketchup, musztarda, sól, pieprz) 80g (A: 6,9,10)
- Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)
- Chleb razowy 2szt 50g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g (A: 7)
- Ogórek kiszony plastry 70g
- Sałata 10g
- 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: 2262kcal• Białko ogółem: 90,5g• Tłuszcz ogółem: 66g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 14g• Węglowodany ogółem: 356g• Cukry: 60g• Błonnik pokarmowy: 36,7g• Sód: 1708mg• Sól: 4,27g |