

28.01.2025 - Wtorek



I ŚNIADANIE

- Płatki jęczmienne na mleku 300ml (A: 1,7,8,11)
- Galareta drobiowa (mięso z kurczaka, marchew , pietruszka, seler, żelatyna, sól, pieprz) 150g (A: 9)
- Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)
- Chleb razowy 1szt 25g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Ogórek świeży plastry 70g
- Sałata 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

II ŚNIADANIE

- Koktajl mleczno-owocowy 200ml (A: 7)



OBIAD

- Zupa pieczarkowa z ziemniakami(kości wieprzowe, włoszczyzna, pieczarki, ziemniaki, śmietanka sól, pieprz) 350ml (A: 7,9)
- Schab pieczony w sosie własnym (schab, cebula , mąka pszenna, olej rzepakowy, sól , pieprz) 100g/150ml (A: 1)
- Kasza jęczmienna na sypko 200g (A: 1)
- Surówka wielowarzywna (marchew, pietruszka, seler, jabłko ,śmietana, sól) 150g (A: 7,9)
- Kompot owocowy(jabłko, czarna porzeczka, cukier) 250ml

KOLACJA I

- Pasta z makreli wędzonej (makreła wędzona, ogórki kiszone, cebula, pieprz) 80g (A: 3,4,6,9,10)
- Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1)
- Chleb razowy 2szt 50g (A: 1)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Papryka paski 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: 2416kcal• Białko ogółem: 116,5125,5g• Tłuszcz ogółem: 84g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 24g• Węglowodany ogółem: 326g• Cukry: 58g• Błonnik pokarmowy: 36,7g• Sód: 1835mg• Sól: 34,6g