

**Jadłospis od 06-03-2025 do  
07-03-2025**



Szpital Kliniczny im. Karola Jonschera Uniwersytetu  
Medycznego im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu  
Poznań, ul. Szpitalna 27/33  
618491200  
tel: 61 8491-200  
NIP: 781-16-21-544 REGON: 000288863

## ***Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100***

**Czwartek 06-03-2025**

### **Śniadanie**

Bułka Grahamka 70g \*(1), Masło 20g \*(7), Pasta z jaj - d 80g \*(3),  
Rzodkiewka 50g, Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 30g \*(10), Sałata  
Szkłarniowa 20g, Kakao 250g \*(7), Kiełki Rzodkiewki 5g

### **Obiad**

Udka drobiowe pieczone 140g \*(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Ziemniaki  
pieczone 200g 200g, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką 100g \*(3),  
Kompot z mieszanki owocowej 250g, Zupa krupnik 300g \*(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10,  
11)

### **Podwieczorek**

Czekoladowa gryczanka z musem owocowym 200g \*(7)

### **Kolacja**

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g \*(1), Chleb 30g \*(1, 6), Masło 20g \*(7),  
Szynka Konserwowa Wieprzowa 50g \*(6), Twaróg Mielony Homogenizowany  
50g \*(7), Ogórek Długi 50g, Sałata Lodowa 35g

### **DRUGA KOLACJA**

Owoc - 1 sztuka

Wartość energetyczna 2 482,3293 kcal  
Białko 111,9061 g  
w tym białko zwierzęce 70,7600 g  
Tłuszcz 117,55938 g  
Węglowodany 254,3735 g  
Cukry proste 50,4700 g  
Błonnik pokarmowy 23,1550 g  
Nasycone kwasy tłuszczowe 33,2955 g

# Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Piątek 07-03-2025

## Śniadanie

Kakao 250g \*(7), Bułka Grahamka 70g \*(1), Masło 20g \*(7), Szyneczka Z Mięsa Kurcząt Bgl 30g \*(10), Twaróg Mielony Homogenizowany 50g \*(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Roszponka 10g, Sałata Szklarniowa 20g, Mleko got. - 250 ml 250g \*(7)

## Obiad

Zupa krem z pieczarek 300g \*(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotleciki rybne pieczone - m 70g \*(1, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Surówka z kapusty kwaszonej d 150g, Napój owocowy - m 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g 150g

## Podwieczorek

Koktajl warzywno-owocowy 200g

## Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g \*(1, 6), Chleb Razowy 50g \*(1), Masło 20g \*(7), Ser Żółty 50g \*(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 30g \*(6), Pomidory Szklarniowe 30g, Sałata Lodowa 35g

## DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 200g \*(7)

Wartość energetyczna 2 255,2224 kcal

Białko 93,7284 g

w tym białko zwierzęce 62,6600 g

Tłuszcz 101,77144 g

Węglowodany 245,2612 g

Cukry proste 38,0210 g

Błonnik pokarmowy 21,3860 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 47,9779 g

Błonnik pokarmowy 21,3860 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 47,9779 g

Alergeny:

|    |                       |    |                   |    |                                 |
|----|-----------------------|----|-------------------|----|---------------------------------|
| 1  | Gluten                | 2  | Skorupiaki        | 3  | Jaja (jadalne)                  |
| 4  | Ryba                  | 5  | Orzeszki ziemne   | 6  | Białko sojowe                   |
| 7  | Białko mleka krowiego | 8  | Orzechy i nasiona | 9  | Seler                           |
| 10 | Musztarda/gorczyca    | 11 | Nasiona sezamu    | 12 | Siarczyn i pochodna siarczynowa |
| 13 | Nasiona łubinu        | 14 | Owoce morza       |    |                                 |