

**Jadłospis od**  
**05-04-2025 do 07-04-2025**



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

**Sobota: 05-04-2025**

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

### **Śniadanie**

Mleko got. 150g \*(7), Zupa mleczna z kaszką manną 130g \*  
(1, 7), Bułka Grahamka 70g \*(1), Chleb 30g \*(1, 6), Masło 20g \*(7), Jajka 50g  
\*(3), Ser Topiony 25g \*(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Sałata Masłowa 20g

### **Obiad**

Zupa pomidorowa z makaronem 200g \*(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pieczeń  
rzymska 80g \*(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kasza gotowana 200g \*(1), Surówka z  
warzyw mieszanych 150g \*(9), Kompot z mieszanki owocowej 250g

### **Podwieczorek**

Budyń owocowy 200g \*(7)

### **Kolacja**

Herbata 2g, Chleb 30g \*(1, 6), Chleb Razowy 50g \*(1), Masło 20g \*(7),  
Kiełbasa Żywiecka 50g \*(6), Twaróg Mielony Homogenizowany 30g \*(7),  
Rzodkiewka 50g

### **DRUGA KOLACJA**

Owoc - 1 szt.

#### **Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:**

Wartość energetyczna 2 533,2389 kcal

Białko 83,65551 g

w tym białko zwierzęce 41,0850 g

Tłuszcz 112,06667 g

Węglowodany 307,07264 g

Cukry proste 71,1280 g

Błonnik pokarmowy 23,3720 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 39,8240 g

**Niedziela: 06-04-2025**

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

---

### **Śniadanie**

Mleko got. 150g \*(7), Kakao 250g \*(7), Bułka Grahamka 70g \*(1),  
Masło 20g \*(7), Parówki Z Szynki 80g \*(6, 10), Ketchup 10g \*(9), Ogórek  
Długi 50g, Serek Twarogowy - Fromage 50g \*(7)

### **Obiad**

Zupa rosół z makaronem 300g \*(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Udko drobiowe  
gotowane 120g, Ryż gotowany 150g, Sos potrawkowy 80g \*(1, 3, 7),  
Marchewka z groszkiem 150g, Kompot z rabarbaru 250g

### **Podwieczorek**

Twarożek Smakowy Owocowy 150g \*(7)

### **Kolacja**

Herbata 2g, Chleb 30g \*(1, 6), Chleb Razowy 50g \*(1), Masło 20g \*(7),  
Polędwica Sopocka 50g \*(6), Twaróg Mielony Homogenizowany 30g \*(7),  
Sałata Lodowa 35g

### **DRUGA KOLACJA**

Galaretka z owocem 200g

#### **Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:**

Wartość energetyczna 2 804,9190 kcal

Białko 134,9835 g

w tym białko zwierzęce 60,7850 g

Tłuszcz 116,5327 g

Węglowodany 310,3460 g

Cukry proste 66,9550 g

Błonnik pokarmowy 16,6850 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 50,4725 g

# Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

## Śniadanie

Mleko z płatkami kukurydzianymi 130g \*(1, 7), Mleko got 150g \*(7), Bułka Grahamka 70g \*(1), Masło 20g \*(7), Sałata Lodowa 35g, Rzodkiewka 50g, Dżem B/C 50g, Kiełbasa Żywiecka 30g \*(6), Jajka 50g \*(3)

## Obiad

Zupa krem z białych warzyw - m 200g \*(1, 3, 6, 7, 9, 10), Naleśniki z serem 250g \*(1, 3, 7), Surówka z marchwi 100g \*(7), Kompot z czarnej porzeczki 50g, Mus jabłkowy - obiad 100g, Grzanki 5g \*(1, 6)

## Podwieczorek

Twarożek grani z musem z owoców 150g \*(7)

## Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g \*(1, 6), Chleb Razowy 50g \*(1), Masło 20g \*(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g \*(6), Pomidory Szklarniowe 50g

## DRUGA KOLACJA

Owoc

### Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 437,6888 kcal  
Białko 88,5070 g  
w tym białko zwierzęce 30,8250 g  
Tłuszcz 110,7544 g  
Węglowodany 281,7240 g  
Cukry proste 39,2190 g  
Błonnik pokarmowy 19,7045 g  
Nasycone kwasy tłuszczowe 37,5133 g

|    |                       |    |                   |    |                                 |
|----|-----------------------|----|-------------------|----|---------------------------------|
| 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       |    |                                 |

