

**Jadłospis od 18-12-2025
do 19-12-2025**



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

Czwartek 18-12-2025

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko z granolą - 130g *(1, 5, 6, 7, 8), Bułka
Grahamka 70g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Tłusty 50g *(7), Papryka
Świeża Czerwona 15g, Sałata Szklarniowa 20g, Pasta z ciecierzycy z rybą
80g *(4, 7)

Obiad

Zupa ogórkowa - 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet pożarski 80g *(1, 3, 5,
6, 8, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem
- 200g, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką 150g, Napój herbaciany
- 150g

Podwieczorek

Ryż na mleku z jabłkiem prażonym 200g *(7, 12)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7),
Szynka Konserwowa Drobiowa 80g *(6, 7, 10), Ogórek Długi 50g, Sałata
Lodowa 35g, Miód Pszczeli Mały 25g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Pitny B/C 250g *(1, 7)

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 588,8485 kcal

Białko 100,0490 g

w tym białko zwierzęce 47,6510 g

Tłuszcz 99,1186 g

Węglowodany 327,4775 g

Cukry proste 89,0240 g

Błonnik pokarmowy 23,4210 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 36,1305 g

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną - 130g *(1, 7), Mleko got. - 150g *(7), Bułka Mleczna 50g *(1, 7), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Rzodkiew Biała 50g, Sałata Szklarniowa, Jajka 50g *(3), Szczypiorek

Obiad

Zupa grochowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Racuchy 140g *(1, 3, 7), Kompot z czerwonej porzeczki 250g, Twarożek cynamonowy z jabłkiem prażonym 80g *(7, 12), Surówka z marchwi 100g *(7)

Podwieczorek

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Z Warzywami 100g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g

Druga kolacja Owoc

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 405,5322 kcal

Białko 87,6975 g

w tym białko zwierzęce 40,2450 g

Tłuszcz 107,8546 g

Węglowodany 287,5145 g

Cukry proste 65,9900 g

Błonnik pokarmowy 20,2950 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 53,1915 g

* ALERGIE POKARMOWE - legenda:

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	Siarczyny i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu	14	Owoce morza		