

**Jadłospis od 04-10-2025
do 06-10-2025**



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 04-10-2025

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1),
Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopotka 80g *(6), Ogórek Świeży 50g,
Sałata Masłowa 20g

Obiad

Zupa kalafiorowa - 200g *(1, 7, 9), Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Sos
koperkowy 80g *(1, 7, 9), Ryż gotowany - 200g, Sałatka z buraków - 150g,
Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Budyń owocowy 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Masło Extra 20g *(7),
Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Twaróg Mielony
Homogenizowany 50g *(7), Sałata Masłowa 20g, Rzodkiewka 50g

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 234,8573 kcal

Białko 96,6151 g

w tym białko zwierzęce 38,5950 g

Tłuszcz 84,1009 g

Węglowodany 299,1112 g

Cukry proste 98,7840 g

Błonnik pokarmowy 13,3630 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 39,5850 g

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Mleko got. - 150g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Ser Żółty 50g *(7), Rzodkiewka 50g, Sałata Masłowa 20g, Kakao 250g *(7)

Obiad

Zupa rosół z makaronem - 200g *(1, 3, 9), Udka drobiowe pieczone 160g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Marchewka z groszkiem - 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g, Kompot z truskawek - 150g

Podwieczorek

Jogurt Owocowy 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 szt.

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 437,9970 kcal

Białko 120,54643 g

w tym białko zwierzęce 75,1000 g

Tłuszcz 111,70706 g

Węglowodany 244,7354 g

Cukry proste 57,0600 g

Błonnik pokarmowy 20,4440 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 44,7630 g

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Bułka Z Dynią 50g *(1, 8), Masło Extra 20g *(7), Sałata Masłowa 20g, Papryka Świeża Czerwona 20g, Mleko got. - 150g *(7), Kakao 250g *(7), Ser Żółty 20g *(7), Kiełki Rzodkiewki 5g, Pasta z tofu i buraka - 80g *(6)

Obiad

Naleśniki z serem 300g *(1, 3, 7), Surówka z marchwi 100g *(7), Kompot z czarnej porzeczki - 150g, Zupa krem z pieczonych warzyw - 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Grzanki - 5g *(1, 6)

Podwieczorek

Kolorowe talarki warzywne 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Ogórek Świeży 50g, Twaróg Z Warzywami 50g *(7)

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 278,6334 kcal
Białko 87,23352 g
w tym białko zwierzęce 26,9100 g
Tłuszcz 111,58351 g
Węglowodany 239,75616 g
Cukry proste 48,2970 g
Błonnik pokarmowy 22,5010 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 46,2801 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		