

Jadłospis

od 09-08-2025 do 11-08-2025



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 09-08-2025

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

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

Obiad

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

Podwieczorek

Budyń owocowy 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Masło 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 2 162,3375 kcal

Białko 94,5821 g

w tym białko zwierzęce 38,5200 g

Tłuszcz 83,4489 g

Węglowodany 284,4412 g

Cukry proste 98,4710 g

Błonnik pokarmowy 12,5520 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 39,1805 g

Niedziela 10-08-2025

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 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 - m 200g *(1, 3, 9), Udka drobiowe pieczone 160g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Marchewka z groszkiem - d 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, kompot z truskawek - m 150g

Podwieczorek

Jogurt Owocowy 115g *(7)

Kolacja

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

DRUGA KOLACJA

Arbuz 125g

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 337,9930 kcal

Białko 115,5686 g

w tym białko zwierzęce 71,7400 g

Tłuszcz 108,51218 g

Węglowodany 229,8705 g

Cukry proste 51,4600 g

Błonnik pokarmowy 17,9440 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 44,1530 g

Poniedziałek 11-08-2025

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Sałata Masłowa 20g, Papryka Świeża Czerwona 20g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao 250g *(7), Ser Żółty 20g *(7), Kiełki Rzodkiewki 5g, Pasta z tofu i buraka - d 80g *(6)

Obiad

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

Podwieczorek

Kolorowe talarki warzywne 100g

Kolacja

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

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 200g *(7)

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 382,2357 kcal
Białko 91,33661 g
w tym białko zwierzęce 28,8600 g
Tłuszcz 110,19437 g
Węglowodany 260,59104 g
Cukry proste 48,3620 g
Błonnik pokarmowy 23,8270 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 46,6149 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		