

**Jadłospis od 14-10-2025
do 15-10-2025**



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

Wtorek 14-10-2025

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Mleko got. - 250g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1),
Masło Extra 20g *(7), Szynka Konserwowa Drobiowa 50g *(6, 7, 10),
Pomidory Szklarniowe 50g, Sałata Masłowa 20g, Szczypiorek 5g, Jajka 50g *
(3), Majonez 10g *(3)

Obiad

Zupa neapolitańska z makaronem - 200g *(1, 3, 7, 9), Kompot z czerwonej
porzeczki 250g, Kaszotto z warzywami i soczewicą 250g *(1)

Podwieczorek

Kisiel z truskawkami 200g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7),
Pasta twarogowa z koperkiem i rzodkiewką 80g *(7), Sałata Lodowa 35g,
Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 30g *(6)

DRUGA KOLACJA

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

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 218,8030 kcal

Białko 88,1185 g

w tym białko zwierzęce 44,1775 g

Tłuszcz 96,2525 g

Węglowodany 256,62815 g

Cukry proste 82,3550 g

Błonnik pokarmowy 21,7190 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 43,5392 g

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 130g *(1, 7), Mleko got. - 150g *(7), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 30g *(6), Rzodkiewka 50g, Rukola 10g, Serek Twarogowy - Fromage 50g *(7), Bułka Mleczna 50g *(1, 7)

Obiad

Gołąbki z ryżem bez zawijania 150g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sos pomidorowy 80g *(1, 7, 9), Buraki gotowane 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z czarnej porzeczki - 150g, Zupa krem z brokułów 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Grzanki 8g *(1, 6)

Podwieczorek

Kolorowe talarki warzywne 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Graham 50g *(1, P76), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Mleko Uht - Smakowe 200g *(7)

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 400,1441 kcal
Białko 98,35521 g
w tym białko zwierzęce 45,0650 g
Tłuszcz 111,73687 g
Węglowodany 257,26684 g
Cukry proste 45,1500 g
Błonnik pokarmowy 21,0790 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 53,9527 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	Siarczyn i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu	14	Owoce morza		