

**Jadłospis od 25-11-2025
do 26-11-2025**



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 25-11-2025

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica
Sopocka 50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g, Mleko got. - 150g *(7),
Pomidory Szklarniowe 50g, Jajka 50g *(3), Roszponka 10g

Obiad

Zupa krupnik - 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet mięsno-jarzynowy
pieczony 100g *(1, 3), Sos tzatziki 80g *(7), Ziemniaki gotowane z koperkiem
- 200g, Kompot z czerwonej porzeczki - 150g, Warzywa pieczone 120g

Podwieczorek

Galaretka z owocem 200g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g
*(7), Sałata Szklarniowa 20g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 20g, Pasta
twarogowa z koperkiem i koncentratem 50g *(7)

Druga kolacja

Koktajl warzywno-owocowy 200g

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 131,8780 kcal

Białko 86,4605 g

w tym białko zwierzęce 41,4300 g

Tłuszcz 91,5957 g

Węglowodany 263,3635 g

Cukry proste 44,9290 g

Błonnik pokarmowy 23,5015 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 33,4305 g

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Mleko got. - 250g *(7), Masło Extra 20g *(7), Pasta z soczewicy, twarogu z suszonymi pomidorami- 80g *(7), Szynka Konserwowa Drobiowa 50g *(6, 7, 10), Sałata Masłowa 20g, Papryka Świeża Zielona 15g, Kakao 250g *(7), Bułka Mleczna 50g *(1, 7)

Obiad

Filet z kurczaka w sosie curry 250g *(1, 7), Ryż gotowany - 150g, Zupa krem z pieczonego buraka - 200g *(7, 9), Brokuły pieczone 100g, Grzanki - m 5g *(1, 6), Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

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

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Graham 50g *(1, P76), Chleb 30g *(1, 6), Masło Extra 20g*(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g, Sałata Lodowa 35g, Twaróg Z Warzywami 50g *(7)

Druga kolacja Owoc 1 szt.

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 330,6296 kcal

Białko 111,31219 g

w tym białko zwierzęce 52,8750 g

Tłuszcz 96,73519 g

Węglowodany 255,5014 g

Cukry proste 59,9200 g

Błonnik pokarmowy 17,1137 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 44,8174 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		