

**Jadłospis od 15-09-2025 do
17-09-2025**



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

Poniedziałek 15-09-2025

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao - m 150g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Pasta z dorsza, ogórka, jajka - d 80g *(3, 4), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 30g *(7), Rzodkiewka 50g, Sałata Masłowa 20g

Obiad

Placki ziemniaczane 160g *(1, 3, 7), Surówka z marchwi - d 150g *(7), Napój owocowy - m 150g, Zupa z ciecierzycą, pieczarkami i kurczakiem - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Owsianka z owocami 150g *(1, 7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 20g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Kiełbasa Żywiecka 50g *(6), Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7), Ogórek Świeży 50g, Sałata Masłowa 20g

DRUGA KOLACJA

Arbuz

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 311,9815 kcal

Białko 88,1897 g

w tym białko zwierzęce 45,7110 g

Tłuszcz 106,9555 g

Węglowodany 255,6752 g

Cukry proste 45,7920 g

Błonnik pokarmowy 20,0920 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 39,9355 g

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Wtorek 16-09-2025

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 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 - m 200g *(1, 3, 7, 9), Kompot z czerwonej porzeczki 250g, Kaszotto z warzywami i soczewicą 250g *(1)

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), Pasta twarogowa z koperkiem i rzodkiewką - d 80g *(7), Sałata Lodowa 35g, Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 30g *(6)

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 sztuka

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 298,0140 kcal

Białko 89,5925 g

w tym białko zwierzęce 47,5775 g

Tłuszcz 97,4165 g

Węglowodany 273,63815 g

Cukry proste 74,0050 g

Błonnik pokarmowy 21,5190 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 43,8292 g

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Środa 17-09-2025

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 130 ml 130g *(1, 7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 20g *(7), Połędwica Sopocka 30g *(6), Ogórek Świeży 50g, Sałata Masłowa, Papryka Świeża Czerwona 15g, Serek Twarogowy - Fromage 50g *(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 - m 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 *(1, P76), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Serwatka Smakowa 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 406,1441 kcal

Białko 95,49521 g

w tym białko zwierzęce 45,0650 g

Tłuszcz 107,34187 g

Węglowodany 269,03184 g

Cukry proste 43,7800 g

Błonnik pokarmowy 24,4990 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 51,6677 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		