

Jadłospis od
01-04-2025 do 04-04-2025



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: 01-04-2025

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1),
Pasta z humusu 50g *(1, 6, 7, 9, 10, 11), Masło 20g *(7), Szynka
Konserwowa Drobiowa 50g *(6, 7, 10), Ogórek Długi 50g, Sałata
Szkłarniowa 20g, Rzodkiewka 30g

Obiad

Zupa neapolitańska z makaronem - m 200g *(1, 7, 9), Bitki ze schabu b/k
80g *(1, 6), Kasza gotowana 150g *(1), Warzywa pieczone 120g, Kompot z
czerwonej porzeczki 250g

Podwieczorek

Ryż na mleku z jabłkiem prażonym 200g *(7, 12)

Kolacja

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

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 sztuka

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 437,7860 kcal

Białko 106,0043 g

w tym białko zwierzęce 62,5025 g

Tłuszcz 107,5557 g

Węglowodany 267,19685 g

Cukry proste 62,8210 g

Błonnik pokarmowy 21,5730 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 45,7140 g

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Środa:02-04-2025

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 130 ml *(1, 7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Połędwica Sopocka 30g *(6), Ogórek Długi 50g, Sałata Szklarniowa, 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 , Kompot z czarnej porzeczki -150g, Zupa krem z brokułów 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Kolorowe talarki warzywne 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Graham *(1, P76), Masło 20g *(7), Ser Żółty 80g *(7), Sałata Lodowa 35g, Pomidory Szklarniowe 30g

DRUGA KOLACJA

Serwatka Smakowa 150g *(7)

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 367,0181 kcal

Białko 95,21821 g

w tym białko zwierzęce 45,0650 g

Tłuszcz 105,50057 g

Węglowodany 264,31084 g

Cukry proste 43,6700 g

Błonnik pokarmowy 24,6745 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 51,4937 g

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Czwartek: 03-04-2025

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Pasta z jaj - d 80g *(3),
Rzodkiewka 50g, Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 30g *(10), Sałata
Szkłarniowa 20g, Kakao 250g *(7), Kielki Rzodkiewki 5g

Obiad

Udka drobiowe pieczone 140g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Ziemniaki
pieczone 150g 150g, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką 100g *(3),
Kompot z mieszanki owocowej 250g, Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10,
11)

Podwieczorek

Czekoladowa gryczanka z musem owocowym 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Masło 20g *(7),
Szynka Konserwowa Wieprzowa 50g *(6), Twaróg Mielony Homogenizowany
50g *(7), Ogórek Długi 50g, Sałata Lodowa 35g

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 sztuka

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 385,6508 kcal

Białko 105,9041 g

w tym białko zwierzęce 65,7200 g

Tłuszcz 113,44248 g

Węglowodany 245,2015 g

Cukry proste 50,4700 g

Błonnik pokarmowy 22,3650 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 33,2205 g

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Piątek: 04-04-2025

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Szyneczka Z Mięsa Kurczak Bgl 30g *(10), Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Roszponka 10g, Sałata Szklarniowa 20g, Mleko got. 250g *(7)

Obiad

Zupa krem z pieczarek 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotleciki rybne pieczone 70g *(1, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Surówka z kapusty kwaszonej d 150g, Napój owocowy 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g 150g

Podwieczorek

Koktajl warzywno-owocowy 200g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 30g *(6), Pomidory Szklarniowe 30g, Sałata Lodowa 35g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Owocowy 115g *(7)

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 228,4224 kcal
Białko 89,4934 g
w tym białko zwierzęce 54,8600 g
Tłuszcz 98,30144 g
Węglowodany 250,7612 g
Cukry proste 54,1210 g
Błonnik pokarmowy 21,3

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		

