

**Jadłospis od
27-06-2025 do 30-06-2025**



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 28-06-2025

Śniadanie

Mleko got. 150g *(7), Zupa mleczna z kaszką manną 130g *
(1, 7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Masło 20g *(7), Jajka 50g
*(3), Ser Topiony 25g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Sałata Masłowa 20g

Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pieczeń
rzymska 80g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kasza gotowana 200g *(1), Surówka z
warzyw mieszanych 150g *(9), Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Budyń owocowy 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7),
Kiełbasa Żywiecka 50g *(6), Twaróg Mielony Homogenizowany 30g *(7),
Rzodkiewka 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 szt.

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 531,7789 kcal
Białko 83,59151 g
w tym białko zwierzęce 41,0850 g
Tłuszcz 112,06167 g
Węglowodany 306,74664 g
Cukry proste 71,1280 g
Błonnik pokarmowy 23,3310 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 39,8230 g

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Niedziela 29-06-2025

Śniadanie

Mleko got. 150g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1),
Masło 20g *(7), Parówki Z Szynki 80g *(6, 10), Ketchup 10g *(9), Ogórek
Świeży 50g, Serek Twarogowy - Fromage 30g *(7)

Obiad

Zupa rosół z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Udko drobiowe
gotowane 120g, Ryż gotowany 150g, Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7),
Marchewka z groszkiem 150g, Kompot wiśniowy 250g

Podwieczorek

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7),
Polędwica Sopocka 50g *(6), Twaróg Mielony Homogenizowany 30g *(7),
Sałata Masłowa 20g

DRUGA KOLACJA

Galaretka z owocem 200g

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 972,2890 kcal

Białko 133,9838 g

w tym białko zwierzęce 60,7850 g

Tłuszcz 113,5664 g

Węglowodany 356,7226 g

Cukry proste 75,6050 g

Błonnik pokarmowy 17,2050 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 48,5595 g

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Poniedziałek 30-06-2025

Śniadanie

Mleko z płatkami kukurydzianymi 130g *(1, 7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Sałata Lodowa 35g, Rzodkiewka 50g, Kielbasa Żywiecka 30g *(6), Jajka 50g *(3)

Obiad

Zupa krem z białych warzyw 200g *(1, 3, 6, 7, 9, 10), Naleśniki z serem 250g *(1, 3, 7), Surówka z marchwi 100g *(7), Kompot z czarnej porzeczki 150g, Mus jabłkowy - obiad 100g, Grzanki 5g *(1, 6)

Podwieczorek

Twarożek grani z musem z owoców 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 439,9888 kcal
Białko 89,9120 g
w tym białko zwierzęce 30,8250 g
Tłuszcz 111,3744 g
Węglowodany 273,7390 g
Cukry proste 39,1690 g
Błonnik pokarmowy 19,3645 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 37,4813 g

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		

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100
