

**Jadłospis od 24-05-2025 do
26-05-2025**



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 24-05-2025

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 130 ml 130g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Sałata Masłowa 20g, Twaróg Z Warzywami 50g *(7), Parówki Z Szynki 40g *(6, 10)

Obiad

Risotto mięsno-jarzynowe 200g *(9), Ryż gotowany - 150g 150g, Kompot z mieszanki owocowej - m 150g, Zupa ogórkowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Jogurt Owocowy 115g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Masło 20g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Sałata Masłowa, Szynka Konserwowa Wieprzowa 50g *(6)

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 200g

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 217,9295 kcal

Białko 86,3825 g

w tym białko zwierzęce 49,1450 g

Tłuszcz 102,5226 g

Węglowodany 240,1025 g

Cukry proste 47,1080 g

Błonnik pokarmowy 12,7720 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 48,2710 g

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Jajka 50g *(3), Rzodkiewka 50g, Sałata Masłowa 20g

Obiad

Zupa rosolnik - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet drobiowy panierowany 90g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Fasolka szparagowa i marchew mini got. - d 150g *(7), Kompot z czarnej porzeczki m 150g

Podwieczorek

Napój Mleczny Proteinowy 350g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7), Papryka Świeża Czerwona 10g, Sałata Lodowa 35g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 172,7620 kcal
Białko 110,6945 g
w tym białko zwierzęce 44,9750 g
Tłuszcz 89,6516 g
Węglowodany 238,0570 g
Cukry proste 49,2450 g
Błonnik pokarmowy 17,9600 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 36,6820 g

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 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 truskawkami 150g *(1, 7)

Kolacja

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

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone 200g

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 385,3715 kcal
Białko 88,9167 g
w tym białko zwierzęce 47,0010 g
Tłuszcz 107,6845 g
Węglowodany 274,0112 g
Cukry proste 49,7340 g
Błonnik pokarmowy 23,7300 g

** Sposób obróbki potrawy

* 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		