

Jadłospis od
05-11-2024 do 07-11-2024



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: 05-11-2024

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Mleko z granolą - 130 ml *(1, 5, 6, 7, 8), Kakao 250g *(7), Bułka
Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Szynka Konserwowa Drobiowa 50g *(6,
7, 10), Jajka 50g *(3), Rzodkiewka 50g, Sałata Masłowa 20g

Obiad

Bitki ze schabu b/k 60g *(1), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g,
Kompot z rabarbaru - m 150g, Surówka z kapusty czerwonej 100g *(3), Zupa
kukurydziana z kaszą kuskus - m 200g *(1, 7)

Podwieczorek

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

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7),
Twaróg Z Warzywami 50g *(7), Pomidory Krajowe 50g, Kiełbasa Żywiecka
30g *(6)

DRUGA KOLACJA

Chipsy Owocowe

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo.

Wartość energetyczna 2 314,4785 kcal
Białko 89,28983 g
w tym białko zwierzęce 44,9625 g
Tłuszcz 101,93138 g
Węglowodany 259,4024 g
Cukry proste 75,1110 g
Błonnik pokarmowy 19,8655 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 38,06825 g

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Środa: 06-11-2024

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Ogórek Długi 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Czerwona 15g, Pasta z makreli wędz. - d 80g *(4, 7), Mleko got. - 150 ml *(7)

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Befszyk z cebulą 80g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g, Surówka z kapusty białej i s. lodowej - d 150g, Kompot wiśniowy 250g

Podwieczorek

Kisiel z jabłkiem 200g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Masło 20g *(7), Szynka Konserwowa Wieprzowa 50g *(6), Ser Topiony - Krążek 35g *(7), Rzodkiewka 30g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze dietyPodstawowa Fizjo.:

Wartość energetyczna 2 609,5591 kcal

Białko 97,1333 g

w tym białko zwierzęce 56,6400 g

Tłuszcz 118,2928 g

Węglowodany 295,4956 g

Cukry proste 77,7820 g

Błonnik pokarmowy 17,0290 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 33,6205 g

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Czwartek: 07-11-2024

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Połędwica Sopocka 50g *(6), Sałata Lodowa 35g, Pomidory Krajowe 50g, Powidła 50g, Mleko got. 250 ml*(7)

Obiad

Makaron gotowany 200g *(1), Sos szpinakowo-twarogowy 100g *(7), Kompot z mieszanki owocowej - m 150g, Zupa jarzynowa z fasolką i brukselką - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Owoc - obiad

Podwieczorek

Ciasto na kefirze 80g *(1, 3, 7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), Połędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Ser Topiony-Plastry 32,5g *(7), Ogórek Długi 50g

DRUGA KOLACJA

Mleko Uht - Smakowe 200g *(7)

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 529,6695 kcal
Białko 97,0080 g
w tym białko zwierzęce 34,6625 g
Tłuszcz 89,8886 g
Węglowodany 338,9015 g
Cukry proste 73,8055 g
Błonnik pokarmowy 14,1250 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 43,1200 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		

