

Jadłospis dekadowy od 14-11-2023 do 23-11-2023



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 14-11-2023

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką kuskus - 130 ml 130g *(1, 7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Masło 20g *(7), Szyńka Konserwowa Drobiowa 50g *(6, 7, 10), Ogórek Długi 50g, Owoc - 1/2 sztuki
Wartość energetyczna: 804,95 kcal.

Obiad

Zupa neapolitańska z makaronem - m 200g *(1, 7, 9), Pieczeń wieprzowa 60g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kasza gotowana 200g *(1), Buraki gotowane 100g, Kompot z czerwonej porzeczki 250g
Wartość energetyczna: 863,52 kcal.

Podwieczorek

Pianka jogurtowa 120g *(1, 7)
Wartość energetyczna: 199,65 kcal.

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło 20g *(7), Pasta twarogowa z koperkiem i rzodkiewką 50g *(7), Roszponka 20g
Wartość energetyczna: 452,42 kcal.

DRUGA KOLACJA

Warzywa w słupekach 100g
Wartość energetyczna: 24,4 kcal.

WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I WARTOŚĆ ODŻYWCZA ODŻYWCZA DIETA NA DZIEŃ 14.11.2023	
WARTOŚĆ ENERGETYCZNA	2385 kcal
BIAŁKO	83,82 g
W TYM ZWIERZĘCE	49,72 g
TŁUSZCZ	102,5 g
WĘGLOWODANY	288,81 g
NASYCONE KWASY TŁUSZCZOWE	43,2 g
BŁONNIK POKARMOWY	21 g
CUKRY PROSTE	47,47 g
SÓL	3,96 g

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 130 ml 130g *(1, 7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Masło 20g *(7), Połędwica Sopocka Plastry 50g *(6), Ogórek Długi 50g, Papryka Świeża Czerwona 15g

Wartość energetyczna: 692,4 kcal.

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Gołąbki z ryżem 150g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sos pomidorowy 80g *(1, 7, 9), Brokuły gotowane 100g, Ziemniaki gotowane - 200g 200g, Kompot z czarnej porzeczki - m 150g

Wartość energetyczna: 850,76 kcal.

Podwieczorek

Biszkopty 20g *(1, 3), Owoc - 1 szt.

Wartość energetyczna: 116,0 kcal.

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Sałata Masłowa 35g, Pomidory Krajowe 30g

Wartość energetyczna: 568,9 kcal.

DRUGA KOLACJA

Mleczny koktajl owocowy 200g *(7)

Wartość energetyczna: 108,75 kcal.

WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I WARTOŚĆ ODŻYWCZA DIETA NA DZIEŃ 15.11.2023	
WARTOŚĆ ENERGETYCZNA	2348,8 kcal
BIAŁKO	87 g
W TYM ZWIERZĘCE	37,4 g
TŁUSZCZ	95,7 g
WĘGLOWODANY	287,8 g
NASYCONE KWASY TŁUSZCZOWE	41,8 g
BŁONNIK POKARMOWY	26 g
CUKRY PROSTE	31,4 g
SÓL	4,2 g

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 130 ml 130g *(7), Kakao - m 150g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Masło 20g *(7), Pasta z jaj 50g *(3), Rzodkiewka 60g, Szczypiorek 10g

Wartość energetyczna: 797,81 kcal.

Obiad

Zupa krupnik - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Uduka drobiowe pieczone 140g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem 100g *(3), Ziemniaki gotowane - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Wartość energetyczna: 836,28 kcal.

Podwieczorek

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Wartość energetyczna: 201,0 kcal.

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło 20g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Twaróg Mielony Homogenizowany 20g *(7), Sałata Masłowa 35g, Ogórek Długi 30g

Wartość energetyczna: 506,4 kcal.

DRUGA KOLACJA

Kisiel z jabłkiem 200g Wartość energetyczna: 140,4 kcal.

WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I WARTOŚĆ ODŻYWCZA DIETA NA DZIEŃ 16.11.2023	
WARTOŚĆ ENERGETYCZNA	2481,9 kcal
BIAŁKO	101,9 g
W TYM ZWIERZĘCE	54,4 g
TŁUSZCZ	112,2 g
WĘGLOWODANY	273,9 g
NASYCONE KWASY TŁUSZCZOWE	36,5 g
BŁONNIK POKARMOWY	17,2 g
CUKRY PROSTE	74,5 g
SÓL	3,2 g

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Zupa mleczna z makaronem - 130 ml 130g *(1, 7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Masło 20g *(7), Pasta twarogowa z koperkiem i koncentratem 50g *(7), Pomidory Krajowe 50g, Roszponka 20g

Wartość energetyczna: 741,0 kcal.

Obiad

Zupa krem z pieczarek 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotleciki rybne pieczone 90g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Surówka z kapusty kwaszonej - d 150g, Ziemniaki gotowane - 200g 200g, Napój owocowy - m 150g

Wartość energetyczna: 883,6 kcal.

Podwieczorek

Chrupki 60g 30g, Owoc - 1 szt.

Wartość energetyczna: 152,4 kcal.

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Sałata Lodowa 35g, Pomidory Krajowe 30g

Wartość energetyczna: 568,9 kcal.

DRUGA KOLACJA

Jogurt z musem z owoców 120g *(7)

Wartość energetyczna: 76,5 kcal.

WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I WARTOŚĆ ODŻYWCZA DIETA NA DZIEŃ 17.11.2023	
WARTOŚĆ ENERGETYCZNA	2422,4 kcal
BIAŁKO	92,3 g
W TYM ZWIERZĘCE	58,4 g
TŁUSZCZ	95,4 g
WĘGLOWODANY	304,2 g
NASYCONE KWASY TŁUSZCZOWE	46,3 g
BŁONNIK POKARMOWY	24,3 g
CUKRY PROSTE	32,2 g
SÓL	5,2 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
P15	Albumina
P16	Ananas
P17	Arbuz
P18	Aspartam
P19	Banan
P20	Białko jaja kurzego
P21	Borówka
P22	Bób
P23	Brzoskwinia

.....
.....
/Lorc Sandra/

sporządził

zatwierdził

* ALERGIE POKARMOWE - legenda: