

**Jadłospis od
16-12-2025 do 17-12-2025**



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 16-12-2025

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi 130g *(1, 7), Kakao 250g *(7),
Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 20g *(7), Pasta z zielonego groszku
50g *(7), Szynka Konserwowa Drobiowa 40g *(6, 7, 10), Rzodkiew Biała 50g,
Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa barszcz czerwony z makaronem 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Bitki ze
schabu 80g *(1), Kasza gotowana 200g *(1), Surówka z kapusty białej 100g,
Kompot wiśniowy 150g

Podwieczorek

Kisiel z truskawkami 200g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Masło Extra 20g *(7),
Twaróg Mielony Homogenizowany 20g *(7), Szynka Konserwowa Wieprzowa
50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA Owoc

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 417,44915 kcal

Białko 102,29005 g

w tym białko zwierzęce 60,7307 g

Tłuszcz 83,98925 g

Węglowodany 316,3877 g

Cukry proste 73,4605 g

Błonnik pokarmowy 29,6630 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 33,94425 g

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Mleko got. 250g *(7), Rogal Maślany 100g *(1, 7), Masło Extra 20g *(7), Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 40g *(10), Pomidory Szklarniowe 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Zielona 15g, Kakao 250g *(7), Pasta twarogowa z koperkiem i rzodkiewką 80g *(7)

Obiad

Sos boloński 150g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Makaron pełnoziarnisty gotowany 200g *(1), Kompot z mieszanki owocowej 250g, Owoc - obiad, Zupa żurek 200g *(1, 6, 7, 9, 10)

Podwieczorek

Kremowy deser z granolą 200g *(1, 6, 7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Graham 50g *(1, P76), Masło Extra 20g *(7), Ogórek Długi 50g, Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Humus Sante 28,75g *(1, 6, 9, 10, 11)

DRUGA KOLACJA Owoc

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 769,5635 kcal
Białko 112,91716 g
w tym białko zwierzęce 55,8050 g
Tłuszcz 126,85042 g
Węglowodany 324,60394 g
Cukry proste 65,01625 g
Błonnik pokarmowy 25,09025 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 47,1800 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