

**Jadłospis od 23-09-2025 do
25-09-2025**



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 23-09-2025

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 130 ml 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), Rzodkiewka 50g,
Sałata Masłowa

Obiad

Zupa barszcz czerwony z makaronem - m 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 - m 150g

Podwieczorek

Jogurt z bakaliami 200g *(1, 7)

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 Masłowa

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 651,44425 kcal
Białko 122,19805 g
w tym białko zwierzęce 75,7876 g
Tłuszcz 103,62865 g
Węglowodany 308,6089 g
Cukry proste 57,4485 g
Błonnik pokarmowy 29,4330 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 34,29705 g

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Mleczna 50g(1,7) Masło Extra 20g *(7), Kielbasa Krakowska Drobiowa Bgl 40g *(10), Pomidory Szklarniowe 50g, Sałata Masłowa 20g, Papryka Świeża Zielona 15g, Kakao 250g *(7), Pasta twarogowa z koperkiem i rzodkiewką - d 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 z kalarepy - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Ciasto na jogurcie z owocami 80g *(1, 3, 7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Graham 50g *(1, P76), Masło Extra 20g *(7), Ogórek Świeży 50g, Szyńska Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Humus Sante 31,25g *(1, 6, 9, 10, 11)

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 575,8165 kcal

Białko 102,50131 g

w tym białko zwierzęce 56,3390 g

Tłuszcz 123,36087 g

Węglowodany 297,37874 g

Cukry proste 67,26075 g

Błonnik pokarmowy 24,53325 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 38,7969 g

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko z granolą - 130 ml 130g *(1, 5, 6, 7, 8), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Tłusty 50g *(7), Papryka Świeża Czerwona 15g, Sałata Masłowa 20g, Pasta z ciecierzycy z rybą - d 80g *(4, 7), Koperek 5g

Obiad

Kotlet pożarski 80g *(1, 3, 5, 6, 8, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką 150g, Napój herbaciany - m 150g, Zupa ogórkowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Galaretka jabłkowo-wiśniowa 200g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Szynka Konserwowa Drobiowa 80g *(6, 7, 10), Ogórek Świeży 50g, Sałata Lodowa 35g

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 szt 100g

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 375,3275 kcal
Białko 95,7288 g
w tym białko zwierzęce 43,4010 g
Tłuszcz 100,0948 g
Węglowodany 277,8251 g
Cukry proste 41,1040 g
Błonnik pokarmowy 24,0410 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 33,3575 g

<u>1</u>	<u>Gluten</u>	<u>2</u>	<u>Skorupiaki</u>	<u>3</u>	<u>Jaja (jadalne)</u>
<u>4</u>	<u>Ryba</u>	<u>5</u>	<u>Orzeszki ziemne</u>	<u>6</u>	<u>Białko sojowe</u>
<u>7</u>	<u>Białko mleka krowiego</u>	<u>8</u>	<u>Orzechy i nasiona</u>	<u>9</u>	<u>Seler</u>
<u>10</u>	<u>Musztarda/gorczyca</u>	<u>11</u>	<u>Nasiona sezamu</u>	<u>12</u>	<u>Siarczyn i pochodna siarczynowa</u>
<u>13</u>	<u>Nasiona łubinu</u>	<u>14</u>	<u>Owoce morza</u>		

**Sposób obróbki potrawy

* ALERGIE POKARMOWE - legenda: