

Jadłospis 28-10-2025 do 29-10-2025



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 28-10-2025

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica
Sopocka 50g *(6), Sałata Masłowa 20g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7),
Pomidory Krajowe 80g, Jajka 50g *(3), Roszponka 10g

Obiad

Zupa krupnik - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet mięsno-jarzynowy
pieczony 90g *(1, 3), Sos tzatziki 80g *(7), Ziemniaki gotowane z koperkiem
200g, Kompot z czerwonej porzeczki - m 150g, Warzywa pieczone 120g

Podwieczorek

Galaretka z owocem 200g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g
*(7), Sałata Masłowa, Szynea Z Piersi Indyka Bgl 20g, Pasta twarogowa z
koperkiem i koncentratem 50g *(7)

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 200g

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 117,5120 kcal

Białko 85,6165 g

w tym białko zwierzęce 39,6300 g

Tłuszcz 89,6164 g

Węglowodany 278,1595 g

Cukry proste 42,1290 g

Błonnik pokarmowy 22,7715 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 33,4375 g

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Masło Extra 20g *(7), Pasta z soczewicy, twarogu z suszonymi pomidorami-d 80g *(7), Szyńka Konserwowa

Drobiowa 50g *(6, 7, 10), Sałata Masłowa 20g, Papryka Świeża Zielona 15g, Kakao 250g *(7), Bułka Mleczna 50g *(1, 7)

Obiad

Filet z kurczaka w sosie curry 250g *(1, 7), Ryż gotowany - 150g 150g, Zupa krem z pieczonego buraka - m 200g *(7, 9), Brokuły pieczone 100g, Grzanki - m 5g *(1, 6), Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Pianka jogurtowa 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Graham 50g *(1, P76), Chleb 30g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g, Sałata Lodowa 35g, Twaróg Z Warzywami 50g *(7)

DRUGA KOLACJA Owoc 1 szt.

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 406,5336 kcal

Białko 108,91519 g

w tym białko zwierzęce 56,3450 g

Tłuszcz 101,14619 g

Węglowodany 267,9754 g

Cukry proste 46,2600 g

Błonnik pokarmowy 16,1027 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 47,3809 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				

**Sposób obróbki potrawy

* ALERGIE POKARMOWE - legenda: