

**Jadłospis od 27-03-2025 do
28-03-2025**



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

Czwartek 27-03-2025

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

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

Obiad

Medaliony wieprzowe z cebulą 100g *(1, 3, 5, 6, 8, 9, 10, 11), Kompot
wiśniowy - m 150g, Zupa pomidorowa z ryżem - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10,
11), Surówka z kapusty 150g, Ziemniaki pieczone 200g 200g

Podwieczorek

Owoc

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 20g *(1), Masło 20g *(7),
Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Serek Twarogowy - Fromage 50g
*(7), Ogórek Długi 50g

DRUGA KOLACJA

Mleko Uht - Smakowe 200g *(7)

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 527,1071 kcal

Białko 99,79885 g

w tym białko zwierzęce 39,3400 g

Tłuszcz 110,43945 g

Węglowodany 288,9782 g

Cukry proste 73,2770 g

Błonnik pokarmowy 20,2990 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 41,1845 g

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Piątek 28-03-2025

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Dżem Owoc. 50g, Roszponka 10g, Sałata Szklarniowa 20g, Zupa mleczna z kaszką manną - 250 ml 250g *(1, 7)

Obiad

Kotleciki z jaj 80g *(1, 3), Surówka z warzyw mieszanych - d 150g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy 250g, Zupa owocowa z makaronem - m 200g *(1) **Podwieczorek**

Kokosowy pudding chia z mango 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), Rzodkiewka 50g, Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 30g *(6), Sałata Szklarniowa 20g, Pasta twarogowa z koperkiem i koncentratem 50g *(7)

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka 100g

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 501,0615 kcal
Białko 83,1927 g
w tym białko zwierzęce 49,0000 g
Tłuszcz 104,4203 g
Węglowodany 314,0704 g
Cukry proste 58,1610 g
Błonnik pokarmowy 24,5880 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 43,6595 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	Siarczyny i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu	14	Owoce morza		