

**Jadłospis od 25-07-2025 do
28-07-2025**



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

Piątek 25-07-2025

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Szynka
Delikatesowa Z Kurcząt 30g *(7, 10), Twaróg Mielony Homogenizowany 50g
*(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Roszponka 10g, Sałata Masłowa 20g,
Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

Obiad

Zupa krem z pieczarek 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotleciki rybne
pieczone - m 70g *(1, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Surówka z kapusty kwaszonej d
150g, Napój owocowy - m 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g
150g, Grzanki 8g *(1)

Podwieczorek

Koktajl warzywno-owocowy 200g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), Ser
Żółty 50g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 30g *(6),
Pomidory Szklarniowe 30g, Sałata Lodowa 35g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 200g *(7)

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 329,3484 kcal

Białko 94,7704 g

w tym białko zwierzęce 62,6600 g

Tłuszcz 103,67274 g

Węglowodany 259,3922 g

Cukry proste 37,8110 g

Łonnik pokarmowy 22,6655 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 48,1164 g

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Sobota 26-07-2025

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Zupa mleczna z kaszką manną - 130 ml 130g *(1, 7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Masło 20g *(7), Jajka 50g *(3), Ser Topiony 25g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Sałata Masłowa 20g

Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pieczeń rzymska 80g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kasza gotowana 200g *(1), Surówka z warzyw mieszanych - d 150g *(9), Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Budyń owocowy 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), Kiełbasa Żywiecka 50g *(6), Twaróg Mielony Homogenizowany 30g *(7), Rzodkiewka 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 szt.

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 531,7789 kcal

Białko 83,59151 g

w tym białko zwierzęce 41,0850 g

Tłuszcz 112,06167 g

Węglowodany 306,74664 g

Cukry proste 71,1280 g

Błonnik pokarmowy 23,3310 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 39,8230 g

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Niedziela 27-07-2025

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Parówki Z Szyunki 80g *(6, 10), Ketchup 10g *(9), Ogórek Świeży 50g, Serek Twarogowy - Fromage 30g *(7)

Obiad

Zupa rosół z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Udko drobiowe gotowane 120g, Ryż gotowany - 150g 150g, Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7), Marchewka z groszkiem - d 150g, Kompot wiśniowy 250g

Podwieczorek

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Kolacja

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

DRUGA KOLACJA

Galaretka z owocem 200g

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 972,2890 kcal

Białko 133,9838 g

w tym białko zwierzęce 60,7850 g

Tłuszcz 113,5664 g

Węglowodany 356,7226 g

Cukry proste 75,6050 g

Błonnik pokarmowy 17,2050 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 48,5595 g

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Poniedziałek 28-07-2025

Śniadanie

Mleko z płatkami kukurydzianymi - 130 ml 130g *(1, 7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Sałata Lodowa 35g, Rzodkiewka 50g, Kielbasa Żywiecka 30g *(6), Jajka 50g *(3)

Obiad

Zupa krem z białych warzyw - m 200g *(1, 3, 6, 7, 9, 10), Naleśniki z serem 250g *(1, 3, 7), Surówka z marchwi 100g *(7), Kompot z czarnej porzeczki - m 150g, Mus jabłkowy - obiad 100g, Grzanki - m 5g *(1, 6)

Podwieczorek

Twarożek grani z musem z owoców 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

OWOC

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 456,5588 kcal

Białko 90,1000 g

w tym białko zwierzęce 30,8250 g

Tłuszcz 111,4919 g

Węglowodany 277,3760 g

Cukry proste 40,4290 g

Błonnik pokarmowy 19,5840 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 37,4808 g

** Sposób obróbki potrawy

* ALERGIE POKARMOWE - legenda:

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		