

**Jadłospis od 28-12-2023 do
29-12-2023**



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 28-12-2023

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Pomidory Krajowe 50g, Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 130 ml 130g *(7), Kiełbasa Żywiecka 50g, Kakao 250g *(7), Sałata Lodowa 20g, Mus Owocowy - Tubka 100g, Ser Topiony - Krążek 35g *(7)

Obiad

Zupa krem szparagowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet drobiowy panierowany 90g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Surówka z kapusty pekińskiej - d 150g, kompot z truskawek - m 150g

Podwieczorek

Jogurt Owocowy D 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), Twaróg Tłusty 80g *(7), Szczypiorek 10g, Rzodkiewka 50g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 250g

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 457,7768 kcal

Białko 84,7227 g

w tym białko zwierzęce 30,0750 g

Tłuszcz 113,3849 g

Węglowodany 276,5714 g

Cukry proste 48,3570 g

Błonnik pokarmowy 21,1955 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 34,0373 g

Piątek 29-12-2023

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 130 ml 130g *(7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Pasta z jaj 50g *(3), Sałata Masłowa 20g, Szczypiorek 10g, Pomidory Krajowe 80g, Kiwi

Obiad

Zupa jarzynowa z soczewicą - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotleciki rybne pieczone 90g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sos grecki 150g *(1, 3, 6, 7, 9, 10), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy - m 150g

Podwieczorek

Kefir z owocami 250g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Pomidory Krajowe 50g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 335,3681 kcal

Białko 83,1003 g

w tym białko zwierzęce 49,8550 g

Tłuszcz 97,02378 g

Węglowodany 290,6285 g

Cukry proste 37,5390 g

Błonnik pokarmowy 22,2120 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 41,5370 g

* 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 tulinu	14	Owoce morza		