



Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną - 130 ml 130g *(1, 7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Ogórek Długi 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Kiwi, Papryka świeża Czerwona 15g, Ser żółty 30g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Befszyk z cebulą 80g *(1, 3), Ziemniaki gotowane - 200g 200g, Surówka z kapusty białej i lodowej 150g, Kompot wiśniowy 250g

Podwieczorek

Placek Biszkoptowy Z Jabłkiem 80g *(1, 3, 7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło 20g *(7), Szynka Konserwowa Wieprzowa 50g *(6), Ser Topiony - Porcyjny-Trójkaciki 35g *(7), Rzodkiewka 30g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Kisiel z jabłkiem 200g

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 811,7681 kcal

Białko 91,53 g w tym

białko zwierzęce

63,0850 g Tłuszcz

120,6528 g

Węglowodany 346,3299

g Cukry proste

72,7170 g

Błonnik pokarmowy 20,1840 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 37,7105 g

.....

sporządził

/ Taracińska Zuzanna/

.....

zatwierdził

** 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	Siarczyny i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu	14	Owoce morza	p 15	Albumina
p 16	Ananas	P17	Arbuz	p 18	Aspartam
P19	Banan	P20	Białko jaja kurzego	P21	Borówka
P22	Bób	P23	Brzoskwinia	P24	Cebula
P25	Cynamon	P26	Cytrynian	P27	Czekolada

P28	Czosnek	P29	Dodatek do żywności	P30	Dorsz
P31	Drób	P32	Figi	P33	Gałka muszkatołowa
P34	Glutaminian	P35	Goździk	P36	Grzyb
P37	Homar	P38	Imbir	P39	Jabłko
P40	Kalmar	P41	Kokos	P42	Koncentrat białek jaja kurzego
P43	Krab	P44	Krewetki	P45	Kukurydza
P46	Kwas tłuszczowy omega-3	P47	Laktoza	P48	Maliny

Jadłospis na dzień: 04-01-2024



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

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 130 ml 130g *(1, 7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Polędwica Sopočka 80g *(6), Sałata Szklarniowa 20g, Jogurt Owocowy D 150g *(7), Pomidory Krajowe 50g, Powidła 50g

Obiad

Makaron gotowany 200g *(1), Sos szpinakowo-twarogowy 100g *(7), Kompot z mieszanki owocowej - m 150g, Owoc- 1 sztuka obiad, Zupa jarzynowa z fasolką i brukselką - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Pierniki Drobne 50g, Owoc

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana Bgl 50g, Ser Topiony-Plastry 32,5g *(7), Ogórek Długi 80g

DRUGA KOLACJA

Musik jabłkowy 200g

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 543,4048 kcal
Białko 96,3375 g w tym
białko zwierzęce 29,3325
g Tłuszcz 77,5576 g
Węglowodany 373,6595 g
Cukry proste 38,8625 g
Błonnik pokarmowy 17,0950 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 37,2525 g

.....
sporządził

/ Taracińska Zuzanna/

.....
zatwierdził

** 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	p	Albumina
p 16	Ananas	P17	Arbuz	15	
P19	Banan	P20	Białko jaja kurzego	p	Aspartam
P22	Bób	P23	Brzoskwinia	18	
P25	Cynamon	P26	Cytrynian	P21	Borówka
P28	Czosnek	P29	Dodatek do żywności	P24	Cebula
P31	Drób	P32	Figi	P27	Czekolada
P34	Glutaminian	P35	Goździk	P30	Dorsz
P37	Homar	P38	Imbir	P33	Gałka muskatołowa
P40	Kalmar	P41	Kokos	P36	Grzyb
P43	Krab	P44	Krewetki	P39	Jabłko
P46	Kwas tłuszczowy omega-3	P47	Laktoza	P42	Koncentrat białek jaja kurzego
		P48		P45	Kukurydza
				P48	Maliny

Jadłospis na dzień: 05-01-2024



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

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Pomidory Krajowe 50g, Jogurt Naturalny 200g *(7), Powidła 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Zupa mleczna z kaszką orkiszową - 130 ml 130g *(1, 7), Roszponka 10g

Obiad

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

Podwieczorek

Napój Mleczny Proteinowy 350g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), Rzodkiewka 50g, Pasta twarogowa z koperkiem i koncentratem - d 80g *(7), Polędwica Sopocka 30g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Jabłko 200g

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 615,0310 kcal

Białko 110,6187 g w tym
białko zwierzęce
42,3200 g Tłuszcz 1 01
,0173 g
Węglowodany 323,0114
g Cukry proste
57,4950 g
Błonnik pokarmowy 21 ,3050 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 44, 1920 g

.....

.....

sporządził
/ Taracińska Zuzanna/

zatwierdził

** 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	p 15	Albumina
p 16	Ananas	P17	Arbuz	p 18	Aspartam
P19	Banan	P20	Białko jaja kurzego	P21	Borówka
P22	Bób	P23	Brzoskwinia	P24	Cebula
P25	Cynamon	P26	Cytrynian	P27	Czekolada
P28	Czosnek	P29	Dodatek do żywności	P30	Dorsz
P31	Drób	P32	Figi	P33	Gałka muszkatołowa
P34	Glutaminian	P35	Goździk	P36	Grzyb
P37	Homar	P38	Imbir	P39	Jabłko
P40	Kalmar	P41	Kokos	P42	Koncentrat białek jaja kurzego
P43	Krab	P44	Krewetki	P45	Kukurydza
P46	Kwas tłuszczowy omega-3	P47	Laktoza	P48	Maliny