

Jadłospis od
07-09-2024 09-09-2024



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

Sobota 07-09-2024

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250 g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1),
Masło 20g *(7), Polędwica Sopotcka 80g *(6), Ogórek Długi 50g, Sałata
Szkłarniowa 20g

Obiad

Zupa kalafiorowa - m 200g *(1, 7, 9), Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Sos
koperkowy 80g *(1, 7, 9), Ryż gotowany - 200g, Sałatka z buraków
150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Budyń owocowy 200g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Masło 20g *(7),
Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g, Twaróg Mielony Homogenizowany
50g *(7), Sałata Szkłarniowa 20g, Rzodkiewka 50g

DRUGA KOLACJA

Jabłka

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 263,7375 kcal

Białko 93,7671 g

w tym białko zwierzęce 39,2000 g

Tłuszcz 85,0239 g

Węglowodany 286,4462 g

Cukry proste 81,7410 g

Błonnik pokarmowy 15,7920 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 39,6905 g

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7),
Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Ser Żółty 50g *(7),
Rzodkiewka 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Kakao 250g *(7)

Obiad

Zupa rosół z makaronem - m 200g *(1, 3, 9), Udka drobiowe pieczone 160g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Marchewka z groszkiem - d 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g, kompot z truskawek - m 150g

Podwieczorek

Jogurt Owocowy 115g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7),
Szynka Z Piersi Indyka Bgl 50g *(10), Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7), Sałata Lodowa 35g

DRUGA KOLACJA

Arbuz

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 330,31105 kcal

Białko 118,1966 g

w tym białko zwierzęce 75,8200 g

Tłuszcz 110,62398 g

Węglowodany 220,3905 g

Cukry proste 51,1000 g

Błonnik pokarmowy 15,9100 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 44,0950 g

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Szynka Konserwowa Wieprzowa 50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Czerwona 20g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao 250g *(7), Ser Topiony - Porcyjny-Trójkąciki 35g *(7)

Obiad

Naleśniki z serem 300g *(1, 3, 7), Surówka z marchwi 100g *(7), Kompot z czarnej porzeczki - m 150g, Zupa krupnik - m 200g *(1, 9)

Podwieczorek

Kolorowe talarki warzywne 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), Polędwica Sopotcka 50g *(6), Ogórek Długi 50g, Twaróg Z Warzywami 50g *(7)

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 235,9125 kcal
Białko 82,9008 g
w tym białko zwierzęce 29,9100 g
Tłuszcz 100,0102 g
Węglowodany 255,7876 g
Cukry proste 44,4300 g
Błonnik pokarmowy 19,1850 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 41,6110 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	14			