

Jadłospis od 10-02-2024 do 12-02-2024



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 10-02-2024

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Zupa mleczna z kaszką manną - 130 ml 130g *(1, 7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Jajka 50g *(3), Ser Topiony-Plastry 32,5g *(7), Roszponka 10g, Pomidory Krajowe 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Jogurt Owocowy 115g *(7)

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

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

Kolacja

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

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 szt.

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 624,3889 kcal

Białko 84,96551 g

w tym białko zwierzęce 35,2975 g

Tłuszcz 115,22667 g

Węglowodany 322,99014 g

Cukry proste 61,8505 g

Błonnik pokarmowy 21,2420 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 38,6540 g

Niedziela 11-02-2024

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Owoc, Masło 20g *(7), Parówki Z Szyunki 70g *(6, 10), Ketchup 10g *(9), Ogórek Długi 50g, Twaróg Z Warzywami 50g *(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 z rabarbaru - m 150g

Podwieczorek

Serwatka Smakowa 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Masło 15g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Twaróg Mielony Homogenizowany 30g *(7), Sałata Lodowa 35g

DRUGA KOLACJA

Galaretką z owocem 200g *(1, 7)

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 537,6390 kcal

Białko 118,6838 g

w tym białko zwierzęce 60,7850 g

Tłuszcz 101,9614 g

Węglowodany 294,8976 g

Cukry proste 62,6750 g

Błonnik pokarmowy 17,2950 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 40,4505 g

Poniedziałek 12-02-2024

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Zupa mleczna z zacierką - 130ml 130g *(1, 3, 7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Owoc - 1/2 sztuki, Masło 20g *(7), Sałata Lodowa 35g, Rzodkiew Biała 50g, Dżem B/C 50g

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

Podwieczorek

Ciastka Kruche Wafle 20g *(1, 6, 7), Owoc

Kolacja

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

DRUGA KOLACJA

Mleczny koktajl czekoladowy 200g *(7)

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 649,6271 kcal

Białko 94,4803 g

w tym białko zwierzęce 51,8525 g

Tłuszcz 113,6352 g

Węglowodany 324,7206 g

Cukry proste 44,1800 g

Błonnik pokarmowy 22,5905 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 40,2293 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		