

**Jadłospis od 13-01-2024 do
15-01-2024**



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

Sobota 13-01-2024

Dieta: 05 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), Szcypiorek 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 Biszkoptowy Z Jabłkiem 80g *(1, 3, 7)

Kolacja

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

DRUGA KOLACJA

Ciastka Be-Be 14g *(1, 3, 5, 6, 7, 8), Owoc - 1 szt.

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 666,2689 kcal

Białko 87,68351 g

w tym białko zwierzęce 35,2975 g

Tłuszcz 117,84667 g

Węglowodany 323,63214 g

Cukry proste 60,8705 g

Błonnik pokarmowy 19,3420 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 39,3940 g

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Owoc - 1/2 szt, Masło 20g *(7), Parówki Z Szynki 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

DRUGA KOLACJA

Galaretka z owocem 200g *(1, 7)

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 550,6390 kcal

Białko 119,2088 g

w tym białko zwierzęce 60,7850 g

Tłuszcz 102,0114 g

Węglowodany 297,8226 g

Cukry proste 61,4500 g

Błonnik pokarmowy 17,7700 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 40,4555 g

Poniedziałek 15-01-2024

Dieta: 05 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, Rzodkiewka 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 2 637,6271 kcal

Białko 94,4803 g

w tym białko zwierzęce 51,8525 g

Tłuszcz 113,3352 g

Węglowodany 322,1206 g

Cukry proste 47,3800 g

Błonnik pokarmowy 22,3905 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 40,1293 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/gorzycza	11	Nasiona sezamu	12	Siarczyn i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu	14	Owoce morza		