

Jadłospis od
16-07-2024 do 17-07-2024



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

Wtorek 16-07-2024

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Mleko z granolą - 130 ml *(1, 5, 6, 7, 8), Kakao 250g *(7), Bułka
Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Szynka Konserwowa Drobiowa 50g *(6,
7, 10), Jajka 50g *(3), Rzodkiewka 50g, Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Bitki ze schabu b/k 60g *(1), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g,
Kompot z rabarbaru 150g, Zupa kukurydziana z kaszą jaglaną 300g *(7),
Fasolka szparagowa got. 150g

Podwieczorek

Mleczny koktajl owocowy 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7),
Twaróg Z Warzywami 50g *(7), Pomidory Krajowe 50g, Kiełbasa Żywiecka
30g

DRUGA KOLACJA

Chipsy Owocowe 25g

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 265,9940 kcal

Białko 90,69736 g

w tym białko zwierzęce 46,8350 g

Tłuszcz 100,46406 g

Węglowodany 254,5982 g

Cukry proste 56,8760 g

Błonnik pokarmowy 12,9730 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 39,2085 g

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1),
Masło 20g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Ogórek
Długi 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Czerwona 15g, Pasta z
makreli wędz. 80g *(4, 7)

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Befszyk z
cebulą 80g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g, Marchew
gotowana - d 150g, Kompot wiśniowy 250g

Podwieczorek

Kisiel z jabłkiem 200g

Kolacja

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

DRUGA KOLACJA

Wafle Ryżowe 20g

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 557,0596 kcal
Białko 99,5372 g
w tym białko zwierzęce 60,0400 g
Tłuszcz 115,4509 g
Węglowodany 284,0104 g
Cukry proste 76,5290 g
Błonnik pokarmowy 18,5460 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 34,9160 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	Owoce morza	P15	Albumina