

**Jadłospis dekadowy od  
16-12-2023 do 18-12-2023**



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 16-12-2023**

## **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), Chleb 30g \*(1, 6), Masło 20g \*(7), Jajka 50g \*(3), Ser Topiony - Krążek 17,5g \*(7), Szczypiorek 10g, Pomidory Krajowe 50g

### **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 100g \*(9), Kompot z mieszanki owocowej 250g

### **Podwieczorek**

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

### **Kolacja**

Herbata 2g, Chleb 30g \*(1, 6), Chleb Razowy 30g \*(1), Masło 20g \*(7), Kielbasa Żywiecka 40g, Twaróg Mielony Homogenizowany 20g \*(7), Rzodkiewka 50g

### **DRUGA KOLACJA**

Owoc - 1 szt.

WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I WARTOŚĆ ODŻYWCZA	
DIETA NA DZIEŃ 16.12.2023	
WARTOŚĆ ENERGETYCZNA	2431 kcal
BIAŁKO	74,9 g
W TYM ZWIERZĘCE	30,9 g
TŁUSZCZ	105 g
WĘGLOWODANY	305 g
CUKRY PROSTE	42 g
BŁONNIK POKARMOWY	20,3 g
NASYCONE KWASY TŁUSZCZOWE	32 g
SÓL	2,9 g

## Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

### Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g \*(7), Kakao 250g \*(7), Bułka Grahamka 70g \*(1), Chleb 30g \*(1, 6), Masło 20g \*(7), Szyunka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 20g \*(6), Parówki Z Szyunki 35g \*(6, 10), Ketchup 10g \*(9), Ogórek Długi 30g

### 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 100g, Kompot z rabarbaru - m 150g

### Podwieczorek

Serwatka Smakowa 150g \*(7)

### Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g \*(1, 6), Chleb Razowy 30g \*(1), Masło 15g \*(7), Polędwica Sopocka 50g \*(6), Twaróg Mielony Homogenizowany 20g \*(7), Sałata Masłowa 35g

### DRUGA KOLACJA

Galaretka z owocem 200g \*(1, 7)

WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I WARTOŚĆ ODŻYWCZA	
DIETA NA DZIEŃ 17.12.2023	
WARTOŚĆ ENERGETYCZNA	2435 kcal
BIAŁKO	112,5 g
W TYM ZWIERZĘCE	64 g
TŁUSZCZ	88 g
WĘGLOWODANY	304 g
CUKRY PROSTE	52,7 g
BŁONNIK POKARMOWY	16 g
NASYCONE KWASY TŁUSZCZOWE	30,1 g
SÓL	4,2 g

Poniedziałek 18-12-2023

## 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 50g \*(3, 9), Chleb 30g \*(1, 6), Masło 20g \*(7), Sałata Lodowa 35g, Rzodkiewka 30g

### Obiad

Zupa krem z białych warzyw - m 200g \*(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Naleśniki z serem 250g \*(1, 3, 7), Surówka z marchwi 100g \*(7), Kompot z czarnej porzeczki - m 150g

### Podwieczorek

Ciastka Kruche Wafle 20g \*(1, 6, 7), Owoc 200g

### Kolacja

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

### DRUGA KOLACJA

Mleczny koktajl czekoladowy 200g \*(7)

WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I WARTOŚĆ ODŻYWCZA	
DIETA NA DZIEŃ 18.12.2023	
WARTOŚĆ ENERGETYCZNA	2540 kcal
BIAŁKO	87,7 g
W TYM ZWIERZĘCE	43,2 g
TŁUSZCZ	106 g
WĘGLOWODANY	314 g
CUKRY PROSTE	42 g
BŁONNIK POKARMOWY	20,5 g
NASYCONE KWASY TŁUSZCZOWE	40 g
SÓL	3,7 g

\*Alergie pokarmowe

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