

Jadłospis od
17-08-2024 do 19-08-2024



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 17-08-2024

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Mleko got. 250g *(7), Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 130 ml
130g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Pomidory Krajowe 50g,
Sałata Szklarniowa 20g, Twaróg Z Warzywami 50g *(7), Parówki Z Szyunki
40g *(6, 10)

Obiad

Ryż gotowany - 200g Brokuły pieczone 100g, Kompot z mieszanki owocowej
- m 150g, Zupa selerowa z ziemniakami 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10,
11), Filet z kurczaka w sosie curry 250g *(7)

Podwieczorek

Jogurt Owocowy 115g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Masło 20g *(7), Ser
Żółty 50g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Szyunka Konserwowa Wieprzowa 50g
*(6)

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 200g

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 207,4450 kcal

Białko 99,41882 g

w tym białko zwierzęce 61,0150 g

Tłuszcz 96,8230 g

Węglowodany 235,4185 g

Cukry proste 45,9270 g

Błonnik pokarmowy 13,7650 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 52,2595 g

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml *(7), Kakao 250g *(7), Masło 20g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Rzodkiewka 50g, Jajka 50g *(3), Bułka Grahamka 70g *(1)

Obiad

Zupa rosolnik - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet drobiowy panierowany 90g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g, Fasolka szparagowa i marchew mini got. - d 150g *(7), Kompot z czarnej porzeczki m 150g

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7), Papryka Świeża Czerwona 10g, Sałata Lodowa 35g

DRUGA KOLACJA

OWOC

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 057,7120 kcal

Białko 91,7895 g

w tym białko zwierzęce 52,7750 g

Tłuszcz 91,3866 g

Węglowodany 222,7770 g

Cukry proste 33,1450 g

Błonnik pokarmowy 14,9100 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 34,1120 g

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Kakao 250g *(7),
Masło 20g *(7), Ser Żółty 40g *(7), Rzodkiewka 50g, Sałata Szklarniowa 20g,
Pierś Z Kurcząt Z Pomidorami I Ziołami Bgl Bml 40g *(10)

Obiad

Placki ziemniaczane 160g *(1, 3), Surówka z marchwi - d 150g *(7), Napój
owocowy - m 150g, Zupa z ciecierzycą, pomidorami i kielbaską - m 200g *(1,
3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Kefir *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 20g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7),
Kielbasa Żywiecka 50g, Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7),
Pomidory Krajowe 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone 100g

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 302,6565 kcal
Białko 80,0342 g
w tym białko zwierzęce 26,1810 g
Tłuszcz 102,1490 g
Węglowodany 272,8018 g
Cukry proste 56,2440 g
Błonnik pokarmowy 21,3500 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 42,6425 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