

**Jadłospis od 18-06-2024 do
20-06-2024**



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 18-06-2024

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

Obiad

Bitki ze schabu b/k 60g *(1), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g,
Kompot z rabarbaru - m 150g, Zupa kukurydziana z kaszą jaglaną 300g *(7),
Surówka z kapusty czerwonej - d 150g *(3)

Podwieczorek

Jogurt Pitny B/C 250g *(1, 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 2 456,5230 kcal

Białko 90,91786 g

w tym białko zwierzęce 45,1350 g

Tłuszcz 110,96756 g

Węglowodany 274,9902 g

Cukry proste 76,4360 g

Błonnik pokarmowy 19,9430 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 39,8025 g

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250 ml *(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. - d 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, Surówka z kapusty białej i lodowej 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 2 647,9191 kcal

Białko 101,4613 g

w tym białko zwierzęce 60,0400 g

Tłuszcz 120,6068 g

Węglowodany 292,9366 g

Cukry proste 82,6420 g

Błonnik pokarmowy 17,7690 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 35,2605 g

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Połędwica Sopocka 50g *(6), Sałata Lodowa 35g, Pomidory Krajowe 50g, Powidła 50g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

Obiad

Makaron gotowany 200g *(1), Sos szpinakowo-twarogowy 100g *(7), Kompot z mieszanki owocowej - m 150g, Zupa botwinka - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Owoc - obiad

Podwieczorek

Truskawkowy budyń jaglany 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), Połędwica Z Kurczaka Prasowana 50g, Ser Topiony-Plastry 32,5g *(7), Ogórek Długi 50g

DRUGA KOLACJA

Musik jabłkowy 200g

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 297,7795 kcal
Białko 90,6045 g
w tym białko zwierzęce 36,8025 g
Tłuszcz 73,5401 g
Węglowodany 326,3125 g
Cukry proste 49,9975 g
Błonnik pokarmowy 14,6905 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 40,7093 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/gorczyca	11	Nasiona sezamu	12	Siarczyn i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu	14	Owoce morza		