

**Jadłospis od 02-03-2024 do  
04-03-2024**



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 02-03-2024**

## ***Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100***

### **Śniadanie**

Mleko got. - 250 ml \*(7), Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 130 ml 130g \*(7), Bułka Grahamka 70g \*(1), Masło 20g \*(7), Parówki Z Szyunki 50g \*(6, 10), Pomidory Krajowe 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Twaróg Chudy 0,5% 50g \*(7)

### **Obiad**

Filet z kurczaka w sosie curry 250g \*(7), 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)

### **Podwieczorek**

Ciastka Kruche Wafle 50g \*(1, 6, 7), Owoc

### **Kolacja**

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

### **DRUGA KOLACJA**

Jogurt Owocowy 115g \*(7)

### **Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:**

Wartość energetyczna 2 467,0450 kcal  
Białko 108,19882 g  
w tym białko zwierzęce 69,5150 g  
Tłuszcz 105,4830 g  
Węglowodany 273,7285 g  
Cukry proste 49,9570 g  
Błonnik pokarmowy 17,3250 g  
Nasycone kwasy tłuszczowe 48,9795 g

# **Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100**

**Niedziela 03-03-2024**

---

## **Śniadanie**

Mleko got. - 150 ml\*(7), Kakao 250g \*(7), Masło 20g \*(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana \*(6), Rzodkiewka 50g, Jajka 50g \*(3), Mandarynki, 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 Pitny B/C 250g \*(1, 7)

## **Kolacja**

Herbata 2g, Chleb 30g \*(1, 6), Chleb Razowy 50g \*(1), Masło 25g \*(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 2 176,2120 kcal

Białko 90,8845 g

w tym białko zwierzęce 44,9750 g

Tłuszcz 92,0616 g

Węglowodany 254,5970 g

Cukry proste 59,0000 g

Błonnik pokarmowy 20,9100 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 38,5020 g

# Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Poniedziałek 04-03-2024

---

## Śniadanie

Zupa mleczna z zacierką - 130 ml \*(1, 3, 7), Mleko got. - 150 ml \*(7), Bułka Grahamka 70g \*(1), Masło 20g \*(7), Ser Żółty 40g \*(7), Rządkiwka 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Pasta z dorsza, ogórka, jajka - d 80g \*(3), Kiwi

## Obiad

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

## Podwieczorek

Mleko Uht - Smakowe 200g \*(7)

## Kolacja

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

## DRUGA KOLACJA

Kefir 200g \*(7)

### Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 368,0603 kcal

Białko 87,3342 g

w tym białko zwierzęce 32,6185 g

Tłuszcz 109,3834 g

Węglowodany 268,4978 g

Cukry proste 58,4740 g

Błonnik pokarmowy 18,0915 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 42,4673 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	P15	Albumina