

Jadłospis

od 20-04-2024 do 22-04-2024



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 20-04-2024

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Zupa mleczna z zacierką - 130g *(1, 3, 7), Mleko got. - 250 ml *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Połędwica Sopocka 80g *(6), Ogórek Długi 50g, Jogurt Owocowy 115g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa kalafiorowa - m 200g *(1, 7, 9), Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Sos koperkowy 80g *(1, 7, 9), Ryż gotowany 200g, Sałatka z buraków - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Budyń owocowy 200g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Masło 20g *(7), Połędwica Z Kurczaka Prasowana Bgl 50g, Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Rzodkiewka 50g

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 271,8128 kcal

Białko 93,8786 g

w tym białko zwierzęce 35,4325 g

Tłuszcz 84,7474 g

Węglowodany 285,9892 g

Cukry proste 92,8510 g

Błonnik pokarmowy 14,0420 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 39,4415 g

Niedziela 21-04-2024

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7),
Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Ser Żółty 50g *(7),
Rzodkiew Biała 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Kakao 250g *(7)

Obiad

Zupa rosół z makaronem - m 200g *(1, 3, 9), Udka drobiowe pieczone 160g *
(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Marchewka z groszkiem - d 150g, Ziemniaki
gotowane z koperkiem - 200g, kompot z truskawek - m 150g

Podwieczorek

Ciastka Kruche Wafle 50g *(1, 6, 7), Owoc - 1 szt.

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7),
Szynka Z Piersi Indyka Bgl 50g *(10), Twaróg Mielony Homogenizowany 50g
*(7), Sałata Lodowa 35g

DRUGA KOLACJA

Serwatka Smakowa 150g *(7)

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 574,86105 kcal
Białko 120,2066 g
w tym białko zwierzęce 75,8200 g
Tłuszcz 122,06898 g
Węglowodany 256,0905 g
Cukry proste 55,3500 g
Błonnik pokarmowy 17,8100 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 42,6550 g

Poniedziałek 22-04-2024

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Szyunka Konserwowa Wieprzowa 50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Czerwona 20g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Zupa mleczna budyniowa - 130 ml 130g *(1, 6, 7, 8, 9, 10), Ser Topiony - Porcyjny-Trójkąciki 35g *(7), Owoc

Obiad

Naleśniki z serem 300g *(1, 3, 7), Surówka z marchwi 100g *(7), Kompot z czarnej porzeczki - m 150g, Zupa krupnik - m 200g *(1, 9), Owoc - obiad

Podwieczorek

Mleczny koktajl czekoladowy 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), arzywami 50g *(7)

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 200g *(7)

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 544,2128 kcal

Białko 92,7658 g

w tym białko zwierzęce 38,7300 g

Tłuszcz 107,9302 g

Węglowodany 307,7376 g

Cukry proste 48,4900 g

Błonnik pokarmowy 23,7150 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 42,2510 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/gorzycza	11	Nasiona sezamu	12	Siarczyn i pochodna siarczynowa