

**Jadłospis od 23-03-2024 do
25-03-2024**



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 23-03-2024

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Zupa mleczna z zacierką - 130 ml *(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 brokułowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), 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, Rządkiwka 50g

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna
2272,3533 kcal
Białko 93,9001g
w tym białko zwierzęce
35,4325 g
Tłuszcz 84,8125 g
Węglowodany 285,0567 g
Cukry proste 92,6110 g
Błonnik pokarmowy 14,4395 g
Nasycone kwasy tłuszczowe
39,4635 g

Niedziela 24-03-2024

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

2574,86105 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 25-03-2024

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Szyńka Konserwowa
Wieprzowa
50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Czerwona 20g,
Mleko got.- 150 ml *(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

Mleko Uht - Smakowe 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g
*(7),
Połudwica Sopocka 50g *(6), Ogórek Długi 50g, Twaróg Z
Warzywami 50g *(7)

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 200g *(7)

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna
2505,3628 kcal
Białko 92,5748g
w tym białko zwierzęce
33,6300 g
Tłuszcz 107,3812 g
Węglowodany 297,9106 g
Cukry proste 59,4400 g
Błonnik pokarmowy 23,7150 g
Nasycone kwasy tłuszczowe
42,0010 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	Siarczyny i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu	14	Owoce morza		