

**Jadłospis od 24-02-2024 do  
26-02-2024**



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 24-02-2024**

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

### **Śniadanie**

Zupa mleczna z zacierką - 130 ml 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), Papryka Świeża Czerwona 20g, 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 2 288,8128 kcal

Białko 94,6386 g

w tym białko zwierzęce 35,4325 g

Tłuszcz 84,8574 g

Węglowodany 289,6992 g

Cukry proste 92,8510 g

Błonnik pokarmowy 14,9820 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 39,4635 g

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

**Niedziela 25-02-2024**

---

## **Śniadanie**

Mleko got. - 150 ml \*(7), Kakao - m 150g \*(7), Bułka Grahamka 70g \*(1), Masło 20g \*(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g \*(6), Ser Żółty 50g \*(7), Rzodkiew Biała 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Twarożek Smakowy Owocowy 150g \*(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 2 709,93605 kcal

Białko 126,1611 g

w tym białko zwierzęce 72,4200 g

Tłuszcz 129,36448 g

Węglowodany 267,3520 g

Cukry proste 67,6500 g

Błonnik pokarmowy 17,8100 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 47,3050 g

# Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Poniedziałek 26-02-2024

---

## Śniadanie

Bułka Grahamka 70g \*(1), Masło 20g \*(7), Szyunka Konserwowa Wieprzowa 50g \*(6), Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Czerwona 20g, Mleko got. - 150 ml \*(7), Zupa mleczna budyniowa - 130 ml \*(1, 6, 7, 8, 9, 10), Ser Topiony - Porcyjny-Trójkąci 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), Polędwica Sopocka 50g \*(6), Ogórek Długi 50g, Twaróg Z Warzywami 50g \*(7)

## DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 200g \*(7)

### Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 517,6628 kcal

Białko 92,4258 g

w tym białko zwierzęce 38,7300 g

Tłuszcz 107,6952 g

Węglowodany 301,0726 g

Cukry proste 48,1400 g

Błonnik pokarmowy 22,8000 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 42,1930 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 tulinu	14	Owoce morza		