

Jadłospis od
27-01-2024 do 29-01-2024



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 27-01-2024

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

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

Obiad

Zupa kalafiorowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Sos koperkowy 80g *(1, 7, 9), Ryż gotowany - 200g 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), Polędwica Z Kurczaka Prasowana Bgl 50g, Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 282,1488 kcal

Białko 94,1631 g

w tym białko zwierzęce 35,4325 g

Tłuszcz 84,7630 g

Węglowodany 287,5342 g

Cukry proste 92,8510 g

Błonnik pokarmowy 14,9820 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 39,4635 g

Niedziela 28-01-2024

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

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

Obiad

Zupa rosół z makaronem - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Udka drobiowe pieczone 160g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Marchewka z groszkiem - d 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 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 2 710,01205 kcal

Białko 126,1576 g

w tym białko zwierzęce 72,4200 g

Tłuszcz 129,36608 g

Węglowodany 267,3260 g

Cukry proste 67,6500 g

Błonnik pokarmowy 17,8100 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 47,3050 g

Poniedziałek 29-01-2024

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Szynka 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, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), 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 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 521,9488 kcal

Białko 92,6473 g

w tym białko zwierzęce 38,7300 g

Tłuszcz 107,8038 g

Węglowodany 301,6666 g

Cukry proste 48,1400 g

Błonnik pokarmowy 22,8000 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 42,1930 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	Siarczyn i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu	14	Owoce morza		

