

Jadłospis 2100
od 27-04-2024 do 29-04-2024



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 27-04-2024

Śniadanie

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

Owoc

Kolacja

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

DRUGA KOLACJA

Jogurt Owocowy 115g *(7)

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 261,0450 kcal

Białko 101,04882 g

w tym białko zwierzęce 61,0150 g

Tłuszcz 98,9830 g

Węglowodany 243,8785 g

Cukry proste 50,1570 g

Błonnik pokarmowy 17,3250 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 52,9295 g

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Niedziela 28-04-2024

Śniadanie

Mleko got. - 150 *(7), Kakao 250g *(7), Masło 20g *(7), Szyunka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Rzodkiewka 50g, Jajka 50g *(3), 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 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 20g *(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 2 091,3620 kcal

Białko 90,0845 g

w tym białko zwierzęce 44,9750 g

Tłuszcz 87,5016 g

Węglowodany 242,8670 g

Cukry proste 59,4650 g

Błonnik pokarmowy 19,1900 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 35,3860 g

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Poniedziałek 29-04-2024

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), Rzodkiewka 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

* 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/gorzyczka	11	Nasiona sezamu	12	Siarczyn i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu				

