

Jadłospis dekadowy od 30-12-2023 do 02-01-2024



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 30-12-2023

Dieta: 05 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), Połędwica Sopocka 80g *(6), Ogórek Długi 50g, Jogurt Owocowy D 150g *(7), Papryka Świeża Czerwona 20g, Sałata Masłowa 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 50g *(1), Masło 20g *(7), Połędwica Z Kurczaka Prasowana Bgl 50g, Twaróg Mielony Homogenizowany 20g *(7), Sałata Masłowa 20g

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 319,4488 kcal

Białko 93,0781 g

w tym białko zwierzęce 35,4325 g

Tłuszcz 84,4630 g

Węglowodany 298,6442 g

Cukry proste 76,1910 g

Błonnik pokarmowy 16,0220 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 36,7335 g

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Niedziela 31-12-2023

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 - 200g 200g, kompot z truskawek - m 150g

Podwieczorek

Ciastka Kruche Wafle 30g *(1, 6, 7), Owoc - 1 szt.

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(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 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 657,67205 kcal
Białko 125,8056 g
w tym białko zwierzęce 72,4200 g
Tłuszcz 124,13008 g
Węglowodany 266,0270 g
Cukry proste 67,8100 g
Błonnik pokarmowy 18,6700 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 47,3450 g

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Poniedziałek 01-01-2024

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło 20g *(7), Kielbasa Biała Drobiowa Cienka Bgl Bml 60g *(10), Jajka 50g *(3), Sałata Masłowa 20g, Papryka Świeża Zielona 20g, Mus Owocowy - Tubka 100g

Obiad

Zupa rosolnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Bitki ze schabu b/k 60g *(1), Surówka z kapusty czerwonej - d 150g *(3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z rabarbaru - m 150g

Podwieczorek

Owoc - 1 szt., Pierniki Drobne 50g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), Ser Topiony-Plastry 32,5g *(7), Kielbasa Żywiecka 20g, Pomidory Krajowe 50g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Owocowy D 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 430,7970 kcal

Białko 82,6212 g

w tym białko zwierzęce 45,5375 g

Tłuszcz 102,7950 g

Węglowodany 301,2779 g

Cukry proste 46,2885 g

Błonnik pokarmowy 22,7330 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 33,5995 g

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Wtorek 02-01-2024

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Szyunka Konserwowa Wieprzowa 50g *(6), Sałata Masłowa 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), Jabłko pieczone 100g, Kakao 250g *(7)

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)

Podwieczorek

Mleko Uht - Smakowe *(7)

Kolacja

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

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 200g *(7)

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 759,3988 kcal
Białko 101,7703 g
w tym białko zwierzęce 42,1300 g
Tłuszcz 120,9008 g
Węglowodany 319,6776 g
Cukry proste 75,3000 g
Błonnik pokarmowy 21,5600 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 45,6130 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 łubinu	14	Owoce morza		