

**Jadłospis od 05-03-2024 do
8-03-2024**



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

Wtorek 05-03-2024

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką kuskus - 130 ml *(1, 7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Szyńka Konserwowa Drobiowa 50g *(6, 7, 10), Ogórek Długi 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Owoc - 1 sztuka, Ser Topiony-Plastry 32,5g *(7)

Obiad

Pieczeń wieprzowa 60g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kasza gotowana 150g *(1), Sałatka z buraków - d 150g, Kompot z czerwonej porzeczki 250g, Zupa neapolitańska z makaronem - m 200g *(1, 7, 9)

Podwieczorek

Pianka jogurtowa 200g *(1, 7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Masło 20g *(7), Pasta twarogowa z koperkiem i rzodkiewką - d 80g *(7), Roszponka 10g, Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 30g *(6)

DRUGA KOLACJA

Kolorowe paluszki warzywne

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 507,3215 kcal

Białko 95,16741 g

w tym białko zwierzęce 59,0300 g

Tłuszcz 115,65017 g

Węglowodany 274,78209 g

Cukry proste 51,9595 g

Błonnik pokarmowy 17,6850 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 48,2485 g

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Środa 06-03-2024

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 130 ml *(1, 7), Mleko got. - 150 ml *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Owoc - 1/2 szt, Masło 20g *(7), Polędwica Sopocka 30g *(6), Ogórek Długi 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Czerwona 15g, Twaróg Z Warzywami 50g *(7)

Obiad

Gołąbki z ryżem 150g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sos pomidorowy 80g *(1, 7, 9), Brokuły gotowane 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g, Kompot z czarnej porzeczki - m 150g, Zupa krem z cukinii 300g

Podwieczorek

Biszkopty 20g *(1, 3), Owoc - 1 szt.

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), Ser Żółty 80g *(7), Sałata Lodowa 35g, Pomidory Krajowe 30g

DRUGA KOLACJA

Mleczny koktajl owocowy 250g *(7)

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 691,5308 kcal

Białko 102,29981 g

w tym białko zwierzęce 45,4750 g

Tłuszcz 119,33377 g

Węglowodany 309,30404 g

Cukry proste 46,2300 g

Błonnik pokarmowy 35,5545 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 52,8577 g

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Czwartek 07-03-2024

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 130 ml *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Pasta z jaj - d 80g *(3), Rzodkiewka 50g, Owoc - 1 sztuka, Piersś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 30g *(10), Sałata Szklarniowa 20g, Kakao 250g *(7)

Obiad

Udka drobiowe pieczone 140g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką - d 150g *(3), Kompot z mieszanki owocowej 250g, Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Masło 20g *(7), Szynka Konserwowa Wieprzowa 50g *(6), Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7), Ogórek Długi 50g, Sałata Lodowa 35g

DRUGA KOLACJA

Kisiel z jabłkiem 200g

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 659,4521 kcal

Białko 117,5164 g

w tym białko zwierzęce 70,7600 g

Tłuszcz 121,55338 g

Węglowodany 284,6461 g

Cukry proste 90,1800 g

Błonnik pokarmowy 18,4200 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 39,1440 g

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Piątek 08-03-2024

Śniadanie

Zupa mleczna z makaronem - 130 ml *(1, 7), Mleko got. - 250 ml* (7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Pasta twarogowa z koperkiem i koncentratem - d 80g *(7), Pomidory Krajowe 50g, Roszponka 10g, Dżem Owoc. 50g, Sok Owocowy B/C 100% 330g, Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa krem z pieczarek 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g, Kotleciki rybne pieczone - m 70g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Surówka z kapusty kwaszonej - d 150g, Napój owocowy - m 150g

Podwieczorek

Deser Smakowy 40g *(7), Owoc

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Sałata Lodowa 35g, Pomidory Krajowe 30g, Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 30g *(6)

DRUGA KOLACJA

Jogurt z musem z owoców *(7)

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 708,4732 kcal

Białko 104,7684 g

w tym białko zwierzęce 71,6900 g

Tłuszcz 106,56144 g

Węglowodany 337,4537 g

Cukry proste 80,1010 g

Błonnik pokarmowy 24,4460 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 52,8339 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	P15	Albumina