

Jadłospis dekadowy
od 09-03-2024 do 11-03-
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

Sobota 09-03-2024

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml *(7), Zupa mleczna z kaszką manną - 130 ml*
(1, 7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Jajka 50g *(3), Ser
Topiony Plastry 32,5g *(7), Roszponka 10g, Pomidory Krajowe 50g, Sałata
Szkłarniowa 20g, Jogurt Owocowy 115g *(7)

Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pieczeń
rzymska 80g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kasza gotowana 200g *(1), Surówka z
warzyw mieszanych - d 150g *(9), Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Placek Biszkoptowy Z Jabłkiem 80g *(1, 3, 7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7),
Kiełbasa Żywiecka 50g, Twaróg Mielony Homogenizowany 30g *(7),
Rzodkiew Biała 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 szt., Jabłka

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 636,3889 kcal

Białko 83,96551 g

w tym białko zwierzęce 35,2975 g

Tłuszcz 115,62667 g

Węglowodany 324,59014 g

Cukry proste 58,6505 g

Błonnik pokarmowy 21,4420 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 38,6940 g

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Niedziela 10-03-2024

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1),
Owoc, Masło 20g *(7), Parówki Z Szyunki 70g *(6, 10), Ketchup 10g *(9),
Ogórek Długi 50g, Twaróg Z Warzywami 50g *(7)

Obiad

Zupa rosół z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Udko drobiowe
gotowane 120g, Ryż gotowany - 150g 150g, Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7),
Marchewka z groszkiem - d 150g, Kompot z rabarbaru - m 150g

Podwieczorek

Serwatka Smakowa 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Masło 15g *(7),
Polędwica Sopocka 50g *(6), Twaróg Mielony Homogenizowany 30g *(7),
Sałata Lodowa 35g

DRUGA KOLACJA

Galaretka z owocem 200g

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 537,6390 kcal

Białko 118,6838 g

w tym białko zwierzęce 60,7850 g

Tłuszcz 101,9614 g

Węglowodany 294,8976 g

Cukry proste 62,6750 g

Błonnik pokarmowy 17,2950 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 40,4505 g

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Poniedziałek 11-03-2024

Śniadanie

Zupa mleczna z zacierką - 130g *(1, 3, 7), Mleko got. - 150 ml *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Owoc 1/2 sztuki, Pomarańcza, Masło 20g *(7), Sałata Lodowa 35g, Rzodkiew Biała 50g, Dżem B/C 50g

Obiad

Zupa krem z białych warzyw - m 200g *(1, 3, 6, 7, 9, 10), Naleśniki z serem 250g *(1, 3, 7), Surówka z marchwi 100g *(7), Kompot z czarnej porzeczki m 150g, Mus jabłkowy - obiad 100g

Podwieczorek

Ciastka Kruche Wafle 20g *(1, 6, 7), Owoc

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Pomidory Krajowe 50g

DRUGA KOLACJA

Mleczny koktajl owocowo-warzywny 200g *(7)

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 675,7771 kcal

Białko 95,7793 g

w tym białko zwierzęce 46,7525 g

Tłuszcz 113,3462 g

Węglowodany 332,2536 g

Cukry proste 44,2300 g

Błonnik pokarmowy 24,2905 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 37,8993 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 tulinu	14	Owoce morza		

