

**Jadłospis od 09-04-2024 do  
12-04-2024**



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

**Wtorek 09-04-2024**

## **Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100**

### **Śniadanie**

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 130 ml\*(1, 7), Kakao 250g \*(7), Bułka Grahamka 70g \*(1), Masło 20g \*(7), Pasta z zielonego groszku 50g \*(7), Szyunka Konserwowa Drobiowa 40g \*(6, 7, 10), Rzodkiewka 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Mandarynki

### **Obiad**

Zupa barszcz czerwony z makaronem - m 200g \*(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Schab duszony b/k 60g \*(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kasza gotowana 200g \*(1), Surówka z kapusty białej i lodowej 150g, Kompot z rabarbaru - m 150g

### **Podwieczorek**

Twarożek Smakowy Owocowy 150g \*(7)

### **Kolacja**

Herbata 2g, Chleb 50g \*(1, 6), Chleb Razowy 30g \*(1), Masło 20g \*(7), Twaróg Mielony Homogenizowany 20g \*(7), Szyunka Konserwowa Wieprzowa 50g \*(6), Sałata Szklarniowa 20g

### **DRUGA KOLACJA**

Sałatka owocowa 120g

### **Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:**

Wartość energetyczna 2 325,84485 kcal  
Białko 95,96831 g  
w tym białko zwierzęce 48,7350 g  
Tłuszcz 92,99757 g  
Węglowodany 279,32764 g  
Cukry proste 70,1780 g  
Błonnik pokarmowy 16,6903 g  
Nasycone kwasy tłuszczowe 40,3558 g

# Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Środa 10-04-2024

---

## Śniadanie

Zupa mleczna budyniowa - 130 ml \*(1, 6, 7, 8, 9, 10), Mleko got. - 250 ml 250g \*(7), Bułka Grahamka 70g \*(1), Masło 20g \*(7), Kielbasa Krakowska Drobiowa Bgl 40g \*(7, 10), Jajka 50g \*(3), Majonez 850 10g \*(3), Pomidory Krajowe 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Zielona 15g, Owoc

## Obiad

Zupa żurek 300g \*(1, 6, 7, 9), Sos boloński 150g \*(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Makaron pełnoziarnisty gotowany 200g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Owoc - obiad

## Podwieczorek

Kaszka manna z musem owocowym 220g \*(1, 7)

## Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g \*(1, 6), Chleb Razowy 50g \*(1), Masło 20g \*(7), Ogórek Długi 50g, Szyunka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 30g \*(6), Ser Topiony-Plastry 48,75g \*(7)

## DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 200g \*(7)

## Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 670,3478 kcal

Białko 104,74501 g

w tym białko zwierzęce 63,94125 g

Tłuszcz 125,86007 g

Węglowodany 296,81589 g

Cukry proste 55,10125 g

Błonnik pokarmowy 20,5315 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 43,9280 g

# Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Czwartek 11-04-2024

---

## Śniadanie

Kakao 250g \*(7), Mleko z granolą - 130 ml \*(1, 5, 6, 7, 8), Bułka Grahamka 70g \*(1), Masło 20g \*(7), Twaróg Tłusty 50g \*(7), Papryka Świeża Czerwona 15g, Sałata Szklarniowa 20g, Pasta z ciecierzycy z rybą - d 80g \*(4, 7), Owoc - 1 szt, Koperek

## Obiad

Kotlet pożarski 80g \*(1, 3, 5, 6, 8, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką 150g, Napój owocowy - m 150g, Zupa ogórkowa - m 200g \*(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

## Podwieczorek

Drożdżówka \*(1, 3)

## Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g \*(1), Chleb 30g \*(1, 6), Masło 15g \*(7), Szynka Konserwowa Drobiowa 80g \*(6, 7, 10), Ogórek Długi 50g, Sałata Lodowa 35g

## DRUGA KOLACJA

Jogurt Pitny B/C 250g \*(1, 7)

## Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 569,1275 kcal

Białko 100,3448 g

w tym białko zwierzęce 43,3200 g

Tłuszcz 102,6828 g

Węglowodany 315,5761 g

Cukry proste 55,9700 g

Błonnik pokarmowy 25,3450 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 31,5140 g

# Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Piątek 12-04-2024

---

## Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną - 130 ml\*(1, 7), Mleko got. - 150 ml 150g \*(7), Bułka Grahamka 70g \*(1), Masło 20g \*(7), Ser Żółty 50g \*(7), Papryka Świeża Czerwona 30g, Sałata Szklarniowa 20g, Jajka 50g \*(3), Jabłka

## Obiad

Zupa grochowa - m 200g \*(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Racuchy 140g \*(1, 3, 7), Kompot z czerwonej porzeczki 250g, Mus jabłkowy 100g, Surówka z marchwi 100g \*(7)

## Podwieczorek

Jogurt Owocowy 115g \*(7)

## Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g \*(1), Chleb 30g \*(1, 6), Masło 20g \*(7), Twaróg Z Warzywami 100g \*(7), Pomidory Krajowe 50g

## DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka 100g

## Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 426,3869 kcal

Białko 79,8693 g

w tym białko zwierzęce 33,8100 g

Tłuszcz 105,3593 g

Węglowodany 298,4641 g

Cukry proste 68,5000 g

Błonnik pokarmowy 22,0665 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 50,1718 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/gorzycza	11	Nasiona sezamu	12	Siarczyny i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu	14	Owoce morza		