

**Jadłospis od 11-05-2024 do
13-05-2024**



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 11-05-2024

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Połędwica Z Kurczaka Prasowana Bgl 50g, Pomidory Krajowe 80g, Ser Topiony-Plastry 32,5g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7)

Obiad

Zupa koperkowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pieczeń wieprzowa 60g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sos węgierski 90g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sałatka z buraków z musztardą - d 150g *(10), Kasza gotowana 150g *(1), Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczerek

Wafle Ryżowe, Owoc

Kolacja

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

DRUGA KOLACJA

Mleczko waniliowe 200g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 287,1220 kcal

Białko 89,02074 g

w tym białko zwierzęce 52,7625 g

Tłuszcz 111,90568 g

Węglowodany 235,35796 g

Cukry proste 38,5935 g

Błonnik pokarmowy 22,0380 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 45,9095 g

Niedziela 12-05-2024

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1),
Masło 20g *(7), Parówki Z Szyunki 100g *(6, 10), Twaróg Mielony
Homogenizowany 50g *(7), Ketchup 10g *(9), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa wiedeńska - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet drobiowy
panierowany 90g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g, Surówka z
warzyw mieszanych - d 150g *(9), Napój owocowy - m 150g

Podwieczorek

Jogurt Owocowy 115g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7),
Kiełbasa Żywiecka 50g, Ser Topiony - Porcyjny-Trójkąciki 35g *(7), Sałata
Szklarniowa

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 336,6820 kcal

Białko 90,4077 g

w tym białko zwierzęce 35,2500 g

Tłuszcz 112,9524 g

Węglowodany 246,1129 g

Cukry proste 55,9850 g

Błonnik pokarmowy 17,7450 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 41,7320 g

Poniedziałek 13-05-2024

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 130 ml *(1, 7), Mleko got. - 150 ml *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Szyńka Konserwowa Wieprzowa 50g *(6), Ogórek Długi 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Dżem Owoc. 50g, Rzodkiew Biała 50g

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Strogonow 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Brokuły gotowane 100g, Kuskus 150g *(1), Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Jogurt z musli 200g *(1, 5, 6, 7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 30g *(6), Pomidory Krajowe 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Twaróg Z Warzywami 50g *(7)

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 349,3296 kcal

Białko 90,7966 g

w tym białko zwierzęce 53,8250 g

Tłuszcz 99,05183 g

Węglowodany 274,1450 g

Cukry proste 36,8150 g

Błonnik pokarmowy 21,7400 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 39,1160 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		