

**Jadłospis od 14-05-2024 do
16-05-2024**



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

Wtorek 14-05-2024

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Połudwica
Sopocka 50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g, Mleko got. - 150 ml *(7),
Pomidory Krajowe 80g, Jajka 50g *(3), Roszponka 10g

Obiad

Zupa krupnik - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Klopsiki w sosie własnym
80g *(1, 3, 6, 7, 9, 10), Sałatka z buraków - d 150g, Ziemniaki gotowane z
koperkiem - 200g, Kompot z rabarbaru - m 150g

Podwieczorek

Ryż na mleku z musem jabłkowym 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), Sałata
Szklarniowa 20g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 20g *(10), Pasta twarogowa z
koperkiem i koncentratem 50g *(7)

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 200g

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 336,7555 kcal

Białko 86,9083 g

w tym białko zwierzęce 41,1950 g

Tłuszcz 96,1848 g

Węglowodany 284,1546 g

Cukry proste 38,0110 g

Błonnik pokarmowy 17,0830 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 35,0277 g

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną - 130 ml *(1, 7), Mleko got. - 250 ml *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Pasta z soczewicy, twarogu z suszonymi pomidorami-d 80g *(7), Szynka Konserwowa Drobiowa 50g *(6, 7, 10), Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Zielona 15g

Obiad

Risotto mięsno-jarzynowe 200g, Ryż gotowany - 150g, Kompot z mieszanki owocowej - m 150g, Zupa ogórkowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Pianka jogurtowa 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Masło 20g *(7), Ser Topiony - Porcyjny-Trójkąciki 35g *(7), Połędwica Sopocka 50g *(6), Ogórek Długi 50g, Sałata Lodowa 35g

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 szt.

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 266,6003 kcal

Białko 91,3785 g

w tym białko zwierzęce 45,1400 g

Tłuszcz 94,2676 g

Węglowodany 265,0890 g

Cukry proste 38,8160 g

Błonnik pokarmowy 19,6840 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 36,4550 g

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 130 ml *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Kielbasa Żywiecka 50g, Ser Topiony - Krążek 35g *(7), Pomidory Krajowe 50g, Sałata Lodowa 35g, Papryka Świeża Zielona 15g

Obiad

Zupa krem szparagowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet drobiowy panierowany 90g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką - d 150g, kompot z truskawek - m 150g

Podwieczorek

Jogurt Owocowy 115g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), Twaróg Tłusty 80g *(7), Rzodkiewka 50g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 250g

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 307,4763 kcal
Białko 81,3327 g
w tym białko zwierzęce 30,0750 g
Tłuszcz 109,5199 g
Węglowodany 251,6864 g
Cukry proste 56,0970 g
Błonnik pokarmowy 16,5455 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 35,4558 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		