

**Jadłospis od 18-05-2024 do
20-05-2024**



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 18-05-2024

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250 ml *(7), Bułka Grahamka 70g *(1),
Masło 20g *(7), Polędwica Sopotcka 80g *(6), Ogórek Długi 50g,
Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa kalafiorowa - m 200g *(1, 7, 9), Pulpet gotowany 80g *(1, 3),
Sos koperkowy 80g *(1, 7, 9), Ryż gotowany - 200g, Sałatka z
buraków - d
150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Budyń owocowy 200g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Masło 20g
*(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana Bgl 50g, Twaróg Mielony
Homogenizowany 50g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Rzodkiewka
50g

DRUGA

KOLACJA

Sok Owocowy B/C 100% 330g

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna
2 323,3875 kcal
Białko 93,0921 g
w tym białko zwierzęce
39,2000 g
Tłuszcz 84,3239 g
Węglowodany 299,3312 g
Cukry proste 113,4410 g
Błonnik pokarmowy 11,7920 g
Nasycone kwasy tłuszczowe
39,6105 g

Niedziela 19-05-2024

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7),
Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Ser Żółty 50g
*(7), Rzodkiew Biała 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Kakao 250g *(7)

Obiad

Zupa rosół z makaronem - m 200g *(1, 3, 9), Udka drobiowe
pieczone 160g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Marchewka z groszkiem -
d 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g, kompot z
truskawek - m 150g

Podwieczorek

Serwatka Smakowa 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g
*(7),
Szynka Z Piersi Indyka Bgl 50g *(10), Twaróg Mielony
Homogenizowany 50g *(7), Sałata Lodowa 35g

DRUGA

KOLACJA

Owoc - 1 szt.

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna
2 373,36105 kcal
Białko 116,2566 g
w tym białko zwierzęce
75,8200 g
Tłuszcz 108,91898 g
Węglowodany 238,7405 g
Cukry proste 53,8500 g
Błonnik pokarmowy 19,9100 g
Nasycone kwasy tłuszczowe
42,7150 g

Poniedziałek 20-05-2024

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Szynka Konserwowa Wieprzowa 50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Czerwona 20g, Mleko got.- 150 ml *(7), Zupa mleczna budyniowa - 130 ml *(1, 6, 7, 8, 9,10), Ser Topiony - Porcyjny-Trójkąciki 35g *(7)

Obiad

Naleśniki z serem 300g *(1, 3, 7), Surówka z marchwi 100g *(7), Kompot z czarnej porzeczki - m 150g, Zupa krupnik - m 200g *(1, 9)

Podwieczorek

Twarożek owocowy 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Ogórek Długi 50g, Twaróg Z Warzywami 50g *(7)

DRUGA

KOLACJA Owoc

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna
2 342,3628 kcal
Białko 94,1048 g
w tym białko zwierzęce
25,8300 g
Tłuszcz 105,7712 g
Węglowodany 256,9206 g
Cukry proste 41,5300 g
Błonnik pokarmowy 18,6650 g
Nasycone kwasy tłuszczowe
45,1810 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	Siarczyny i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu	14	Owoce morza		