

**Jadłospis od 11-03-2025 do
13-03-2025**



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 11-03-2025

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

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

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 wiśniowy - m 150g

Podwieczorek

Jogurt z bakaliami 200g *(1, 7)

Kolacja

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

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 504,30485 kcal
Białko 101,33086 g
w tym białko zwierzęce 56,4750 g
Tłuszcz 94,28952 g
Węglowodany 314,41124 g
Cukry proste 64,4910 g
Błonnik pokarmowy 28,6383 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 34,4905 g

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Kielbasa Krakowska Drobiowa Bgl 40g *(10), Pomidory Szklarniowe 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Zielona 15g, Kakao 250g *(7), Pasta twarogowa z koperkiem i rzodkiewką - d 80g *(7)

Obiad

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

Podwieczorek

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

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Graham 50g *(1, P76), Masło 20g *(7), Ogórek Długi 50g, Szyunka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Ser Topiony 25g *(7)

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka 100g

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 731,2785 kcal

Białko 115,61751 g

w tym białko zwierzęce 67,6450 g

Tłuszcz 113,74607 g

Węglowodany 319,43964 g

Cukry proste 66,6100 g

Błonnik pokarmowy 22,3115 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 45,3990 g

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko z granolą - 130 ml 130g *(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), Koperek 5g

Obiad

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

Podwieczorek

Kisiel z truskawkami 200g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Masło 20g *(7), Szynka Konserwowa Drobiowa 80g *(6, 7, 10), Ogórek Długi 50g, Sałata Lodowa 35g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Pitny B/C *(1, 7)

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 502,2105 kcal
Białko 95,0190 g
w tym białko zwierzęce 43,3200 g
Tłuszcz 106,5493 g
Węglowodany 294,0175 g
Cukry proste 69,9550 g
Błonnik pokarmowy 23,7300 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 34,6995 g

.....
sporządził

.....
zatwierdził

*	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		