

**Jadłospis od 15-10-2024 do
17-10-2024**



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 15-10-2024

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1),
Masło 20g *(7), Szyńka Konserwowa Drobiowa 50g *(6, 7, 10), Ser
Topiony Plastry 32,5g *(7), Ogórek Długi 50g, Sałata Masłowa 20g

Obiad

Pieczeń wieprzowa 60g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kasza gotowana 150g *(1),
Sałatka z buraków - d 150g, Kompot z czerwonej porzeczki 250g, Zupa
neapolitańska z makaronem - m 200g *(1, 7, 9)

Podwieczorek

Czekoladowa gryczanka z musem owocowym 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Masło 20g *(7), Pasta
twarogowa z koperkiem i rzodkiewką - d 80g *(7), Sałata Lodowa 30g,
Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 30g *(6)

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 sztuka

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 567,9965 kcal

Białko 105,67691 g

w tym białko zwierzęce 64,0600 g

Tłuszcz 115,90567 g

Węglowodany 281,31759 g

Cukry proste 58,5095 g

Błonnik pokarmowy 18,0650 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 48,4695 g

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 130 ml 130g *(1, 7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Polędwica Sopočka 30g *(6), Ogórek Długi 50g, Sałata Masłowa 20g, Papryka Świeża Czerwona 15g, Twaróg Z Warzywami 50g *(7)

Obiad

Gołąbki z ryżem bez zawijania 150g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sos pomidorowy 80g *(1, 7, 9), Brokuły gotowane - d 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z czarnej porzeczki - m 150g, Zupa żurek 300g *(1, 6, 7, 9, 10)

Podwieczorek

Kolorowe talarki warzywne 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), Ser Żółty 80g *(7), Sałata Lodowa 35g, Pomidory Krajowe 30g

DRUGA KOLACJA

Kisiel z truskawkami 200g

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 446,5693 kcal

Białko 95,33351 g

w tym białko zwierzęce 50,0050 g

Tłuszcz 112,07507 g

Węglowodany 267,94344 g

Cukry proste 45,7800 g

Błonnik pokarmowy 27,5255 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 52,0907 g

Dieta Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Pasta z jaj - d 80g *(3),
Rzodkiewka 50g, Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 30g *(10), Sałata
Masłowa 20g, Kakao 250g *(7)

Obiad

Udka drobiowe pieczone 140g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Ziemniaki
gotowane z koperkiem - 200g 200g, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką
100g *(3), Kompot z mieszanki owocowej 250g, Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5,
6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

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

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Masło 20g *(7),
Szyńka Konserwowa Wieprzowa 50g *(6), Twaróg Mielony Homogenizowany
50g *(7), Ogórek Długi 50g, Sałata Lodowa 35g

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 sztuka

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 369,9923 kcal
Białko 108,3557 g
w tym białko zwierzęce 70,5900 g
Tłuszcz 110,33708 g
Węglowodany 244,8607 g
Cukry proste 38,9050 g
Błonnik pokarmowy 15,7500 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 32,8910 g

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/gorzyczka	11	Nasiona sezamu	12	Siarczyny i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu	14	Owoce morza		