

**Jadłospis od 17-06-2025 do
18-06-2025**



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 17-06-2025

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Mleko z granolą - 130g *(1, 5, 6, 7, 8), Kakao 250g *(7), Bułka
Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Szynka Konserwowa Drobiowa 50g *(6,
7, 10), Jajka 50g *(3), Rzodkiewka 50g, Sałata Masłowa 20g, Szczypiorek 5g

Obiad

Bitki ze schabu b/k 80g *(1), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g, Napój
owocowy 250g, Surówka z kapusty czerwonej - 150g *(3), Zupa
kukurydziana z kaszą kuskus - 200g *(1, 7)

Podwieczorek

Kisiel z owocami leśnymi

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7),
Twaróg Z Warzywami 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Kiełbasa
Żywiecka 30g *(6)

DRUGA KOLACJA

Jogurt Pitny B/C 250g *(1, 7)

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 476,9285 kcal

Białko 97,38083 g

w tym białko zwierzęce 53,3625 g

Tłuszcz 109,37638 g

Węglowodany 280,0839 g

Cukry proste 67,7860 g

Błonnik pokarmowy 20,2180 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 37,8900 g

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 30g *(6), Ogórek Długi 50g, Sałata Masłowa 20g, Papryka Świeża Czerwona 15g, Roszponka 10g, Pasta z makreli wędz. - 80g *(4, 7), Mleko got. - 150g *(7)

Obiad

Makaron gotowany 200g *(1), Sos szpinakowo-twarogowy 100g *(7), Kompot z mieszanki owocowej - 150g, Zupa jarzynowa z fasolką i brukselką - 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Owoc - obiad

Podwieczorek

Ciasto czekoladowe z burakiem 60g *(1, 3)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Graham 50g *(1, P76), Chleb 30g *(1, 6), Masło 20g *(7), Szynka Konserwowa Wieprzowa 50g *(6), Ser Topiony - Krążek 35g *(7), Rzodkiewka 30g, Sałata Masłowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 413,0957 kcal
Białko 99,5325 g
w tym białko zwierzęce 46,7200 g
Tłuszcz 99,0046 g
Węglowodany 286,9110 g
Cukry proste 54,7090 g
Błonnik pokarmowy 17,4020 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 34,7541 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/gorczyca	11	Nasiona sezamu	12	Siarczyn i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu	14	Owoce morza		