

**Jadłospis od 20-02-2025 do
24-02-2025**



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

Czwartek 20-02-2025

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Mleko z płatkami kukurydzianymi - 130 ml 130g *(1, 7), Masło 20g *(7), Kiełbasa Żywiecka 50g *(6), Ser Topiony - Krążek 35g *(7), Pomidory Szklarniowe 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 pieczone 200g 200g, kompot z truskawek - m 150g, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką - d 150g

Podwieczorek

Ciasto marchewkowe 60g *(1, 3)

Kolacja

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

DRUGA KOLACJA

Mleczny koktajl czekoladowy 200g *(7)

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 707,4595 kcal

Białko 88,9867 g

w tym białko zwierzęce 36,1200 g

Tłuszcz 132,7346 g

Węglowodany 293,7484 g

Cukry proste 56,8440 g

Błonnik pokarmowy 19,3645 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 37,0767 g

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Piątek 21-02-2025

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 130 ml 130g *(7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Pomidory Szklarniowe 50g, Pasta z jaj - d 80g *(3), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 30g *(6), Szczypiorek

Obiad

Zupa jarzynowa z soczewicą - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotleciki rybne pieczone 90g *(1, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sos grecki 150g *(1, 3, 6, 7, 9, 10), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy - m 150g

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliarni 150g *(1, 7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), Ser Żółty 80g *(7), Ogórek Długi 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc 200g

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 500,4486 kcal

Białko 107,4469 g

w tym białko zwierzęce 59,4050 g

Tłuszcz 117,29178 g

Węglowodany 260,8648 g

Cukry proste 32,2830 g

Błonnik pokarmowy 24,9360 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 49,1580 g

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Sobota 22-02-2025

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Polędwica Sopočka 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 200g, Sałatka z buraków - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Budyń owocowy 200g *(7)

Kolacja

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

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 255,7375 kcal

Białko 93,1671 g

w tym białko zwierzęce 39,2000 g

Tłuszcz 84,2239 g

Węglowodany 284,8462 g

Cukry proste 99,5410 g

Błonnik pokarmowy 12,5520 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 39,6105 g

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Niedziela 23-02-2025

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Ser Żółty 50g *(7), Rzodkiewka 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 200g, kompot z truskawek - m 150g

Podwieczorek

Jogurt Owocowy 115g *(7)

Kolacja

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

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 szt.

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 367,91505 kcal
Białko 118,72943 g
w tym białko zwierzęce 75,8200 g
Tłuszcz 111,00886 g
Węglowodany 230,3554 g
Cukry proste 51,8000 g
Błonnik pokarmowy 18,0100 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 44,2150 g

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Poniedziałek 24-02-2025

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Czerwona 20g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao 250g *(7), Ser Topiony - Porcyjny-Trójkąciki 17,5g *(7), Kielki Rzodkiewki 5g, Pasta z tofu i buraka - d 80g *(6, 7)

Obiad

Naleśniki z serem 300g *(1, 3, 7), Surówka z marchwi 100g *(7), Kompot z czarnej porzeczki - m 150g, Zupa krem z pieczonych warzyw - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Kolorowe talarki warzywne 100g

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 2 192,7777 kcal

Białko 79,61911 g

w tym białko zwierzęce 18,3475 g

Tłuszcz 99,01247 g

Węglowodany 251,77184 g

Cukry proste 55,1450 g

Błonnik pokarmowy 24,3100 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 43,2040 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		