

Jadłospis od
19-04-2025 do 28-04-2025



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

Sobota:19-04-2025

Dieta:Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1),
Masło 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Ogórek Długi
50g, Sałata Masłowa 20g, Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7)

Obiad

Zupa kalafiorowa 200g *(1, 7, 9), Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Sos
koperkowy 80g *(1, 7, 9), Ryż gotowany 200g, Sałatka z buraków
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 Sopocka 80g *(6), Sałata Masłowa 20g, Rzodkiewka 50g

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 383,7375 kcal

Białko 97,7321 g

w tym białko zwierzęce 38,5200 g

Tłuszcz 83,4489 g

Węglowodany 311,7412 g

Cukry proste 98,4710 g

Błonnik pokarmowy 12,5520 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 39,1805 g

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Niedziela: 20-04-2025

Śniadanie

Mleko got. 150g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7),
Kiełbasa Biała Drobiowa Cienka Bgl Bml 70g *(10), Jajka 50g *(3),
Rzodkiewka 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Majonez 10g *(3), Kakao 250g *(7)

Obiad

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

Podwieczorek

Babka Piaskowa 80g *(1, 3, 7)

Kolacja

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

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 szt.

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 472,71505 kcal
Białko 113,80443 g
w tym białko zwierzęce 67,5300 g
Tłuszcz 107,77886 g
Węglowodany 268,6949 g
Cukry proste 35,7000 g
Błonnik pokarmowy 18,0100 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 34,1050 g

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Poniedziałek 21-04-2025

Śniadanie

Mleko z granolą 130g *(1, 5, 6, 7, 8), Kakao 250g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło 20g *(7), Szynka Konserwowa Drobiowa 50g *(6, 7, 10), Jajka 50g *(3), Rzodkiewka 50g, Sałata Masłowa

Obiad

Bitki ze schabu b/k 80g *(1), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Kompot z truskawek 250g, Surówka z kapusty czerwonej 150g *(3), Zupa rosolnik 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Kisiel z owocami leśnymi

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Graham 50g *(1, P76), 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 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 341,8500 kcal

Białko 94,5660 g

w tym białko zwierzęce 53,1900 g

Tłuszcz 104,8061 g

Węglowodany 260,3260 g

Cukry proste 68,9660 g

Błonnik pokarmowy 15,6980 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 35,8755 g

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Wtorek: 22-04-2025

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Sałata Masłowa 20g, Papryka Świeża Czerwona 20g, Mleko got150g *(7), Kakao 250g *(7), Ser Żółty 20g *(7), Kiełki Rzodkiewki 5g, Pasta z tofu i buraka 80g *(6)

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

Jogurt Owocowy 115g *(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 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 334,5777 kcal
Białko 85,41161 g
w tym białko zwierzęce 20,9850 g
Tłuszcz 102,57247 g
Węglowodany 272,27704 g
Cukry proste 68,9200 g
Błonnik pokarmowy 24,2300 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 47,5530 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		

