

**Jadłospis od 30-08-2025 do
01-09-2025**



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 30-08-2025

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Pomidory Krajowe 80g, Twaróg Grani 100g *(7), Sałata Masłowa 20g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao 250g *(7)

Obiad

Zupa koperkowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Bitki ze schabu - d 80g *(1), Sałatka z buraków z musztardą - d 150g *(10), Kasza gotowana 150g *(1), Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Wafle Ryżowe 20g, Owoc

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Masło 20g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Sałata Masłowa 20g, Szynka Konserwowa Wieprzowa 30g *(6)

DRUGA KOLACJA

Galaretką z owocami leśnymi 200g

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 567,9900 kcal

Białko 121,7285 g

w tym białko zwierzęce 67,4810 g

Tłuszcz 107,7126 g

Węglowodany 282,0255 g

Cukry proste 49,9470 g

Błonnik pokarmowy 21,3080 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 42,3017 g

Niedziela 31-08-2025

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Parówki Z Szynki 80g *(6, 10), Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7), Ketchup 10g *(9), Sałata Masłowa 20g

Obiad

Zupa wiedeńska - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet drobiowy panierowany 90g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g 150g, Surówka z warzyw mieszanych - d 150g *(9), Napój owocowy - m 150g

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), Kiełbasa Żywiecka 50g *(6), Ser Topiony - Porcyjny-Trójkąciki 35g *(7), Sałata Masłowa 20g

DRUGA KOLACJA

Arbuz 125g

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 271,8070 kcal

Białko 92,8177 g

w tym białko zwierzęce 43,0500 g

Tłuszcz 112,9749 g

Węglowodany 227,0854 g

Cukry proste 35,1900 g

Błonnik pokarmowy 16,3375 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 38,8530 g

Poniedziałek 01-09-2025

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), Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Ogórek Świeży 50g, Sałata Masłowa 20g, Rzodkiewka 30g, Masło 20g *(7)

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Strogonow 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Brokuły gotowane 100g, Kompot z czarnej porzeczki 250g, Kuskus 150g *(1)

Podwieczorek

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 30g *(6), Twaróg Z Warzywami 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Sałata Masłowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 511,9038 kcal
Białko 107,86985 g
w tym białko zwierzęce 57,2600 g
Tłuszcz 111,72063 g
Węglowodany 270,6835 g
Cukry proste 56,7920 g
Błonnik pokarmowy 25,6190 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 45,6270 g

* ALERGIE POKARMOWE - legenda:

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	Siarczyny i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu	14	Owoce morza		