# Jadłospis na dzień: 06-11-2026

**Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Poznaniu**
ul. Przybyszewskiego 49, 60-355 Poznań
NIP: 7792033466 REGON: 000288834

## *Dieta: D01 Dieta podstawowa*

### *Śniadanie*

Serek Wiejski Lekki Naturalny *(7), Dżem 1Szt, Ogórek Konserwowy 50G, Pomidor 50G, Chleb Baltona 70g *(1), Chleb Razowy 35g *(1), Masło 10G *(7), Mleko 2% 150Ml *(7), Kawa Zbożowa *(1)

### *Obiad*

Zupa barszcz czerwony z makaronem 350g *(1, 3, 7, 9), Kotlet rybny **(Smaż.) 80g *(1, 3, 4), Ziemniaki puree 200g *(7), Surówka z kapusty kiszonej i marchwi 150g

### *Kolacja*

Jajo 1 Szt. *(3), Ser Żółty Plaster 20g *(7), Pomidor Papryczkowy 30g, Kiełki Lucerny 5g, Chleb Baltona 70g *(1), Chleb Razowy 35g *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa

### *Posiłek Nocny 20:00*

Mus Owocowo-Zbożowy 100G *(1)

**Wartości odżywcze diety D01 Dieta podstawowa:**

Wartość energetyczna 2 004,8371 kcal
Białko 85,3325 g
Tłuszcz 71,7479 g
Węglowodany 273,0452 g
Błonnik 30,0340 g
W tym cukry 54,5600 g
Kwasy tłuszczowe nasycone 24,7800 g
Sód 2 190,3380 mg

## *Dieta: D02 Dieta łatwostrawna*

### *Śniadanie*

Ser kostka 80g 80g *(7), Miód Pszczeli 1 Szt., Pomidor Sparzony 50G, Sałata 15g, Chleb Kawiorek 120g *(1), Masło 10G *(7), Mleko 2% 150Ml *(7), Kawa Zbożowa 6g *(1)

### *Obiad*

Zupa barszcz czerwony z makaronem 350g *(1, 3, 7, 9), Jajko z pieca **(Piecz.) 60g *(3), Ziemniaki puree 200g *(7), Sos pomidorowy 120g *(1, 7), Szpinak **(Got.) 150g *(1, 7)

### *Kolacja*

Pasta z ryby gotowanej 50g **(Got.) 50g *(4, P26), Ser Porcyjny Haga 1 Szt. *(7), Pomidor Sparzony 50G, Kiełki Lucerny 5g, Chleb Kawiorek 120g *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa 2g

### *Posiłek Nocny 20:00*

Mus Owocowo-Zbożowy 100G *(1)

**Wartości odżywcze diety D02 Dieta łatwostrawna:**

Wartość energetyczna 2 050,2205 kcal
Białko 84,2143 g
Tłuszcz 68,6847 g
Węglowodany 290,6337 g
Błonnik 20,5812 g
W tym cukry 60,5447 g
Kwasy tłuszczowe nasycone 24,9337 g
Sód 1 429,1415 mg

# *Dieta: D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów*

## *Śniadanie*

Ser kostka 80g 80g *(7), Ser Tartare 1 Szt. *(7), Pomidor Sparzony 50G, Sałata 15g, Chleb Razowy 100g *(1), Masło 10G *(7), Mleko 2% 150Ml *(7), Kawa Zbożowa *(1)

## *2 Śniadanie*

Mus Owocowo-Zbożowy 100G *(1)

## *Obiad*

Zupa barszcz czerwony z makaronem 350g *(1, 3, 9), Jajko z pieca **(Piecz.) 60g *(3), Ziemniaki puree 200g *(7), Sos pomidorowy 60g 60g *(1, 7), Surówka z kapusty kiszonej i marchwi 150g

## *Kolacja*

Pasta z ryby gotowanej 50g **(Got.) 50g *(4, P26), Pomidor Sparzony 50G, Chleb Razowy 100g *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa

## *2 Kolacja Cukrzyca*

Ser Porcyjny Haga 2 Szt. *(7), Kiełki Lucerny 5g

## *Posiłek Nocny 20:00*

Jogurt Naturalny 1Szt. *(7)

**Wartości odżywcze diety D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów:**

Wartość energetyczna 2 036,0629 kcal
Białko 83,1903 g
Tłuszcz 78,9306 g
Węglowodany 268,5977 g
Błonnik 36,5732 g
W tym cukry 49,6881 g
Kwasy tłuszczowe nasycone 29,5635 g
Sód 1 057,6665 mg

.....  .....

sporządził  zatwierdził

/Olszewski Krzysztof/

***Szczegółowy skład potraw dostępny w Dziale Żywienia**

**Dział Żywienia zastrzega sobie prawo do zmiany jadłospisu.**

** Sposób obróbki potrawy

* 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 | Siarczyn i pochodna siarczynowa |
| 13 | Nasiona łubinu | 14 | Owoce morza | P15 | Albumina |
| P16 | Ananas | P17 | Arbuz | P18 | Aspartam |
| P19 | Banan | P20 | Białko jaja kurzego | P21 | Borówka |
| P22 | Bób | P23 | Brzoskwinia | P24 | Cebula |
| P25 | Cynamon | P26 | Cytrynian | P27 | Czekolada |
| P28 | Czosnek | P29 | Dodatek do żywności | P30 | Dorsz |
| P31 | Drób | P32 | Figi | P33 | Gałka muszkatołowa |
| P34 | Glutaminian | P35 | Goździk | P36 | Grzyb |
| P37 | Homar | P38 | Imbir | P39 | Jabłko |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| P40 | Kalmar | P41 | Kokos | P42 | Koncentrat białek jaja kurzego |
| P43 | Krab | P44 | Krewetki | P45 | Kukurydza |
| P46 | Kwas tłuszczowy omega-3 pochodzenia rybnego | P47 | Laktoza | P48 | Maliny |
| P49 | Małże | P50 | Marchew | P51 | Mątwa |
| P52 | Melon | P53 | Mięso | P54 | Mięso czerwone |
| P55 | Migdał | P56 | Nabiał | P57 | Nasiona |
| P58 | Olej rybi | P59 | Olejek migdałowy | P60 | Orzech |
| P61 | Orzech laskowy | P62 | Orzech nerkowca | P63 | Orzech włoski - orzech |
| P64 | Orzeszki piniowe | P65 | Ostryga | P66 | Ośmiornica |
| P67 | Owies | P68 | Owoc | P69 | Owoc cytrusowy |
| P70 | Owoc kiwi | P71 | Owoc mango | P72 | Papryka |
| P73 | Pistacja | P74 | Pomarańcza - owoc | P75 | Pomidor |
| P76 | Pszenica | P77 | Ryż | P78 | Ser |
| P79 | Skorupiak morski | P80 | Sok jabłkowy | P81 | Truskawka |
| P82 | Tuńczyk | P83 | Warzywa strączkowe | P84 | Wieprzowina |
| P85 | Wiśnia | P86 | Zboża | P87 | Ziarna soi |
| P88 | Ziemniak | P89 | Zioła i przyprawy | P90 | Żyto |
| P91 | Żywność na bazie mleka ssaków | | | | |

II_CZY_WK T

DRUKUJ_WO D

WARTOSC_KCAL_POS N