Wielkopolskie Centrum Onkologii
im. Marii Skłodowskiej-Curie
ul.Garbary 15, 61-866 Poznań
tel. (+48-61) 885 05 00 fax 852 19 48
NIP: 778-13-42-057 REGON: 000291204
Nr księgi: 000000016138

Jadłospis za okres: 2024-05-27 do 2024-06-02

Data: 27-05-2024 - Poniedziałek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Śniadanie*

Skład: *Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g *(7, P47), Bułka 50g *(1, 3, 7), Chleb Baltonowski 30g *(1, 7), Graham Pszenny 40g *(1, 7), Masło Porcyjne 15g *(7), Filet Z Indyka Pieczony 50g, Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa z mlekiem 200g * (1, 7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*865,2000*	*kcal*
Białko	*39,4940*	*g*
Tłuszcz	*26,7520*	*g*
Węglowodany	*116,1840*	*g*
w tym NKT	*15,0160*	*g*
W tym cukry	*6,4400*	*g*
Błonnik	*7,8740*	*g*
Sól	*1,8560*	*g*

Data: 27-05-2024 - Poniedziałek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa krem z papryki 400g *(7, 9, 10, P24, P28), Schab nadziewany suszoną żurawiną 80g *(1), Ziemniaki z wody 200g, Surówka z kapusty pekińskiej 160g * (P39), Kompot owocowy 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*1 092,7300*	*kcal*
Białko	*44,1215*	*g*
Tłuszcz	*38,7925*	*g*
Węglowodany	*151,1400*	*g*
w tym NKT	*11,6747*	*g*
W tym cukry	*59,0050*	*g*
Błonnik	*13,0050*	*g*
Sól	*0,6495*	*g*

Data: 27-05-2024 - Poniedziałek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Kolacja*

Skład: *Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Pasta z sera białego i jaj 120g *(3, 7, P47), Powidła 30g, Sałata Zielona 25g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*737,0950*	*kcal*
Białko	*32,3305*	*g*
Tłuszcz	*24,0205*	*g*
Węglowodany	*94,3000*	*g*
w tym NKT	*15,0602*	*g*
W tym cukry	*20,9970*	*g*
Błonnik	*7,7340*	*g*
Sól	*2,2600*	*g*

Data: 27-05-2024 - Poniedziałek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Posiłek Nocny*

Skład: *Musly Owocowo-Zbożowy 170g *(1)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*149,6000*	*kcal*
Białko	*2,3800*	*g*
Tłuszcz	*0,8500*	*g*
Węglowodany	*30,6000*	*g*
w tym NKT	*0,1700*	*g*
W tym cukry	*20,4000*	*g*
Błonnik	*4,5900*	*g*

Data: 28-05-2024 - Wtorek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Śniadanie*

Skład: *Zupa mleczna z budyniu 300g *(7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło *(1, 7), Polędwica Sopocka 50g *(1, 6, 9, 10), Pomidory 150g, Kakao 250g *(1, 7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*878,4300*	*kcal*
Białko	*38,8050*	*g*
Tłuszcz	*28,9110*	*g*
Węglowodany	*112,1530*	*g*
w tym NKT	*17,0320*	*g*
W tym cukry	*13,7100*	*g*
Błonnik	*14,7120*	*g*
Sól	*2,9160*	*g*

Data: 28-05-2024 - Wtorek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa z dyni z makaronem 300g *(1, 3, 7, 9, 10), Podudzie z kurczaka - duszone 150g *(1), Ziemniaki z wody 200g, Mizeria z kefirem 180g *(7, P47), Kompot ze śliwek mrożonych 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*1 356,6524*	*kcal*
Białko	*81,0705*	*g*
Tłuszcz	*45,0020*	*g*
Węglowodany	*130,3890*	*g*
w tym NKT	*17,5247*	*g*
W tym cukry	*43,7065*	*g*
Błonnik	*9,2530*	*g*
Sól	*0,0250*	*g*

Data: 28-05-2024 - Wtorek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Kolacja*

Skład: *Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Pasta jajeczna ze szpinakiem i tuńczykiem 120g *(3, 4, 9), Serek Haga 16,66g *(7), Sałata - Rukola 25g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*771,2562*	*kcal*
Białko	*35,4133*	*g*
Tłuszcz	*34,6986*	*g*
Węglowodany	*74,8541*	*g*
w tym NKT	*15,4065*	*g*
W tym cukry	*4,0097*	*g*
Błonnik	*8,2620*	*g*
Sól	*2,3226*	*g*

Data: 28-05-2024 - Wtorek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: ***Posiłek Nocny***

Skład: *Jogurt Naturalny 150 G 150g *(7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*90,0000*	*kcal*
Białko	*6,0000*	*g*
Tłuszcz	*3,7500*	*g*
Węglowodany	*7,9500*	*g*
w tym NKT	*2,5500*	*g*
W tym cukry	*7,9500*	*g*
Sól	*0,1650*	*g*

Data: 29-05-2024 - Środa **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: ***Śniadanie***

Skład: *Płatki owsiane na mleku 300g *(1, 7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło * (1, 7), Szynka Gotowana 50g *(1, 6, 9, 10), Sałata Lodowa 25g, Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*849,7000*	*kcal*
Białko	*39,0340*	*g*
Tłuszcz	*28,9920*	*g*
Węglowodany	*108,2170*	*g*
w tym NKT	*16,1460*	*g*
W tym cukry	*7,9550*	*g*
Błonnik	*8,2840*	*g*
Sól	*2,9730*	*g*

Data: 29-05-2024 - Środa **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: ***Obiad***

Skład: *Zupa pieczarkowa z lanym ciastem 450g *(1, 3, 7, 9, P24), Filet panierowany z indyka 90g *(1, 3, 7), Ziemniaki z wody 200g, Surówka z kapusty włoskiej z orzechami i śliwką 100g *(7, 8), Kompot z czarnej porzeczki 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*1 144,6240*	*kcal*
Białko	*44,2910*	*g*
Tłuszcz	*36,8652*	*g*
Węglowodany	*153,3216*	*g*
w tym NKT	*4,4457*	*g*
W tym cukry	*41,7850*	*g*
Błonnik	*14,0545*	*g*
Sól	*0,0900*	*g*

Data: 29-05-2024 - Środa **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Kolacja*

Skład: *Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Pasta z sera białego i wędlin 120g *(1, 6, 7, 9, 10, P47), Papryka 150g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*661,9030*	*kcal*
Białko	*33,0740*	*g*
Tłuszcz	*20,4769*	*g*
Węglowodany	*85,3030*	*g*
w tym NKT	*11,2397*	*g*
W tym cukry	*6,4958*	*g*
Błonnik	*10,3840*	*g*
Sól	*2,9303*	*g*

Data: 29-05-2024 - Środa **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Posiłek Nocny*

Skład: *Sok Smoothie 250g *(P19, P71, P80)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*205,0000*	*kcal*
Białko	*1,6750*	*g*
Tłuszcz	*3,0500*	*g*
Węglowodany	*30,0000*	*g*
w tym NKT	*2,5000*	*g*
W tym cukry	*24,2500*	*g*

Data: 30-05-2024 - Czwartek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Śniadanie*

Skład: *Zupa mleczna z makaronem 300g *(1, 3, 7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło *(1, 7), Szynka Konserwowa Wp-Mielona 50g *(1, 6, 7, 9, 10), Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*827,3000*	*kcal*
Białko	*36,9340*	*g*
Tłuszcz	*25,7720*	*g*
Węglowodany	*107,9600*	*g*
w tym NKT	*14,6010*	*g*
W tym cukry	*9,5300*	*g*
Błonnik	*7,6640*	*g*
Sól	*2,9230*	*g*

Data: 30-05-2024 - Czwartek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa jarzynowa 400g *(7, 9, 10), Polędwiczka wieprzowa w warzywach 110g *(1, 7), Ryż na sypko 160g *(7), Jabłko gotowane 150g *(P39), Kompot truskawkowo-agrestowy 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*997,6100*	*kcal*
Białko	*47,5650*	*g*
Tłuszcz	*29,3890*	*g*
Węglowodany	*160,4290*	*g*
w tym NKT	*6,7377*	*g*
W tym cukry	*39,4090*	*g*
Błonnik	*12,7360*	*g*
Sól	*0,1150*	*g*

Data: 30-05-2024 - Czwartek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Kolacja*

Skład: *Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Polędwica Z Piersi Kurczaka 50g *(6, 9, 10), Ser Twarogowy - Plastry D 42,86g *(7), Sałata Zielona 25g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*617,4060*	*kcal*
Białko	*26,9432*	*g*
Tłuszcz	*21,2004*	*g*
Węglowodany	*76,5824*	*g*
w tym NKT	*12,8653*	*g*
W tym cukry	*7,1324*	*g*
Błonnik	*7,6500*	*g*
Sól	*4,1738*	*g*

Data: 30-05-2024 - Czwartek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Posiłek Nocny*

Skład: *Serek Wiejski 200g 200g *(7)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*194,0000*	*kcal*
Białko	*30,0000*	*g*
Tłuszcz	*6,0000*	*g*
Węglowodany	*4,6000*	*g*
w tym NKT	*4,0000*	*g*
W tym cukry	*4,6000*	*g*
Sól	*1,4000*	*g*

Data: 31-05-2024 - Piątek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Śniadanie*

Skład: *Zupa mleczna z kaszką manną 300g *(1, 7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło *(1, 7), Jajecznica z zieloną pietruszką 125g *(3, 7), Pomidory 150g, Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*1 011,5550*	*kcal*
Białko	*44,1010*	*g*
Tłuszcz	*44,2190*	*g*
Węglowodany	*106,8390*	*g*
w tym NKT	*23,6871*	*g*
W tym cukry	*6,8305*	*g*
Błonnik	*12,6850*	*g*
Sól	*1,7270*	*g*

Data: 31-05-2024 - Piątek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: ***Obiad***

Skład: *Barszcz zabielany z ziemniakami 400g *(1, 7, 9, 10), Kotlet mielony z ryby 100g * (1, 3, 4, 7, P24, P47), Ziemniaki z wody 200g, Surówka z kapusty kiszonej 120g * (P24, P39), kompot z czerwonej porzeczki 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*900,9400*	*kcal*
Białko	*32,1140*	*g*
Tłuszcz	*30,3520*	*g*
Węglowodany	*139,8460*	*g*
w tym NKT	*1,2832*	*g*
W tym cukry	*46,4600*	*g*
Błonnik	*15,5830*	*g*
Sól	*0,1700*	*g*

Data: 31-05-2024 - Piątek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: ***Kolacja***

Skład: *Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Ser biały z koperkiem 120g * (7, P47), Sałata Lodowa 25g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*625,2800*	*kcal*
Białko	*31,9970*	*g*
Tłuszcz	*18,7580*	*g*
Węglowodany	*79,0090*	*g*
w tym NKT	*11,6270*	*g*
W tym cukry	*7,6870*	*g*
Błonnik	*7,7160*	*g*
Sól	*2,2430*	*g*

Data: 31-05-2024 - Piątek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: ***Posiłek Nocny***

Skład: *Jogurt Bez Laktozy Dar Pure*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*142,5000*	*kcal*
Białko	*5,7500*	*g*
Tłuszcz	*2,0000*	*g*
Węglowodany	*24,5000*	*g*
w tym NKT	*1,2500*	*g*
W tym cukry	*22,7500*	*g*
Błonnik	*2,0000*	*g*
Sól	*0,2500*	*g*

Data: 01-06-2024 - Sobota **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Śniadanie*

Skład: *Zupa mleczna z ryżem 300g *(7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło *(1, 7), Szynka Chlebowa 50g *(1, 6, 9, 10), Papryka 150g, Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*838,1500*	*kcal*
Białko	*36,4390*	*g*
Tłuszcz	*25,6070*	*g*
Węglowodany	*115,6770*	*g*
w tym NKT	*15,0760*	*g*
W tym cukry	*7,8600*	*g*
Błonnik	*8,8640*	*g*
Sól	*3,0730*	*g*

Data: 01-06-2024 - Sobota **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa szparagowa z makaronem 450g *(1, 3, 7, 9, 10), Filet duszony z indyka 90g *(1, 7), Ziemniaki z wody 200g, Marchew z groszkiem 160g *(1, 7), Kompot z wiśni mrożonych 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*854,6100*	*kcal*
Białko	*42,1710*	*g*
Tłuszcz	*16,9700*	*g*
Węglowodany	*117,7140*	*g*
w tym NKT	*5,3377*	*g*
W tym cukry	*44,0200*	*g*
Błonnik	*14,1680*	*g*
Sól	*0,8592*	*g*

Data: 01-06-2024 - Sobota **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Kolacja*

Skład: *Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Kiełbasa Szynkowa 50g *(1, 6, 9, 10), Ser Żółty - Gouda 30g *(7), Sałata Zielona 25g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*633,6000*	*kcal*
Białko	*28,3000*	*g*
Tłuszcz	*23,4000*	*g*
Węglowodany	*74,1750*	*g*
w tym NKT	*14,2650*	*g*
W tym cukry	*3,2750*	*g*
Błonnik	*7,6500*	*g*
Sól	*2,5880*	*g*

Data: 01-06-2024 - Sobota **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Posiłek Nocny*

Skład: *Mus Owocowo-Warzywny 110 G 110g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*55,0000*	*kcal*
Białko	*0,5500*	*g*
Węglowodany	*14,3000*	*g*

Data: 02-06-2024 - Niedziela **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Śniadanie*

Skład: *Zupa mleczna z płatkami kuk. 300g *(1, 7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło *(1, 7), Filet Z Indyka (Wędlina) 50g, Jajko gotowane 50g *(3), Sałata Lodowa 25g, Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*910,9000*	*kcal*
Białko	*46,4640*	*g*
Tłuszcz	*30,0620*	*g*
Węglowodany	*111,0790*	*g*
w tym NKT	*16,5160*	*g*
W tym cukry	*9,4450*	*g*
Błonnik	*6,7240*	*g*
Sól	*3,1900*	*g*

Data: 02-06-2024 - Niedziela **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa Solferino 400g *(1, 7, 9, 10), Gulasz wieprzowy 80g *(1, 9, 10, P24), Kasza jęczmienna 100g *(1, 7), Fasolka szparagowa z tartą bułką 160g *(1, 3, 7), Kompot z truskawek mrożonych 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*1 122,5600*	*kcal*
Białko	*39,8490*	*g*
Tłuszcz	*44,7240*	*g*
Węglowodany	*143,1900*	*g*
w tym NKT	*14,9361*	*g*
W tym cukry	*40,6810*	*g*
Błonnik	*15,9220*	*g*
Sól	*0,1980*	*g*

Data: 02-06-2024 - Niedziela **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Kolacja*

Skład: *Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Szynka Delikatesowa Z*

Kurczaka 50g, Pomidory 150g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*545,4000*	*kcal*
Białko	*21,4500*	*g*
Tłuszcz	*15,2000*	*g*
Węglowodany	*78,3500*	*g*
w tym NKT	*8,8800*	*g*
W tym cukry	*3,4000*	*g*
Błonnik	*13,6000*	*g*
Sól	*3,1380*	*g*

Data: 02-06-2024 - Niedziela **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Posiłek Nocny*

Skład: *Jogurt Naturalny 150 G 150g *(7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*90,0000*	*kcal*
Białko	*6,0000*	*g*
Tłuszcz	*3,7500*	*g*
Węglowodany	*7,9500*	*g*
w tym NKT	*2,5500*	*g*
W tym cukry	*7,9500*	*g*
Sól	*0,1650*	*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 - 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	