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: 2024-06-10 do 2024-06-16

Data: 10-06-2024 - Poniedziałek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Śniadanie*

Skład: *Zupa mleczna z budyniu 300g *(7, P47), Bułka 50g *(1, 3, 7), Chleb Baltonowski 30g *(1, 7), Graham Pszenny 40g *(1, 7), Masło Porcyjne 15g *(7), Szynka Delikatesowa Z Kurczaka 50g, Serek Haga 16,66g *(7), Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*856,9812*	*kcal*
Białko	*37,1918*	*g*
Tłuszcz	*30,9286*	*g*
Węglowodany	*107,6491*	*g*
w tym NKT	*18,7344*	*g*
W tym cukry	*6,8847*	*g*
Błonnik	*7,0640*	*g*
Sól	*2,0711*	*g*

Data: 10-06-2024 - Poniedziałek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Kapuśniak mazurski 500g *(1, 9, 10, P24), Schab nadziewany morelą suszoną 80g *(1), Ziemniaki z wody 200g, Brokuły z tartą bułką 150g *(1, 3, 7, P47), Kompot owocowy 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*1 166,2100*	*kcal*
Białko	*48,7670*	*g*
Tłuszcz	*43,7260*	*g*
Węglowodany	*155,1320*	*g*
w tym NKT	*14,8246*	*g*
W tym cukry	*49,9390*	*g*
Błonnik	*15,4810*	*g*
Sól	*0,0430*	*g*

Data: 10-06-2024 - Poniedziałek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Kolacja*

Skład: *Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Ser biały z koperkiem 120g *(7, P47), Truskawki Świeże 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*697,6800*	*kcal*
Białko	*32,3420*	*g*
Tłuszcz	*22,2330*	*g*
Węglowodany	*92,7290*	*g*
w tym NKT	*13,7520*	*g*
W tym cukry	*11,9670*	*g*
Błonnik	*10,9660*	*g*
Sól	*2,2825*	*g*

Data: 10-06-2024 - 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: 11-06-2024 - Wtorek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Śniadanie*

Skład: *Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g *(7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło *(1, 7), Szynka Chlebowa 50g *(1, 6, 9, 10), Pomidory 150g, Kakao 250g *(1, 7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*902,6300*	*kcal*
Białko	*39,4400*	*g*
Tłuszcz	*27,5160*	*g*
Węglowodany	*121,2250*	*g*
w tym NKT	*16,1620*	*g*
W tym cukry	*11,9150*	*g*
Błonnik	*15,5220*	*g*
Sól	*3,0675*	*g*

Data: 11-06-2024 - Wtorek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa szparagowa z lanym ciastem 450g *(1, 3, 7, 9, 10), Kurczak duszony 150g *(1), Ziemniaki z wody 200g, Mizeria ze szczypiorkiem na kefirze 180g *(7, P47), Kompot ze śliwek mrożonych 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*1 279,7940*	*kcal*
Białko	*79,8250*	*g*
Tłuszcz	*50,2442*	*g*
Węglowodany	*133,2816*	*g*
w tym NKT	*13,4990*	*g*
W tym cukry	*44,8800*	*g*
Błonnik	*6,7420*	*g*
Sól	*0,8480*	*g*

Data: 11-06-2024 - Wtorek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Kolacja*

Skład: *Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Sałatka z tuńczyka-d 120g *(3, 4, 9), Serek Puszysty Almette 1 Szt = 30 G 30g *(7, P47), Sałata Zielona 25g, Ogórki Kwaszone 93,7g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*757,4920*	*kcal*
Białko	*34,3835*	*g*
Tłuszcz	*28,1002*	*g*
Węglowodany	*85,9803*	*g*
w tym NKT	*14,6001*	*g*
W tym cukry	*6,1760*	*g*
Błonnik	*9,4805*	*g*
Sól	*2,3510*	*g*

Data: 11-06-2024 - Wtorek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Posiłek Nocny*

Skład: *Skyr 150g 150g *(7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*93,0000*	*kcal*
Białko	*18,0000*	*g*
Tłuszcz	*0,0150*	*g*
Węglowodany	*5,2500*	*g*
W tym cukry	*5,2500*	*g*
Sól	*0,2250*	*g*

Data: 12-06-2024 - Środa **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Śniadanie*

Skład: *Płatki owsiane na mleku 300g *(1, 7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło * (1, 7), Polędwica Z Piersi Kurczaka 50g *(6, 9, 10), Pomidory 150g, Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*854,2000*	*kcal*
Białko	*39,6840*	*g*
Tłuszcz	*26,9920*	*g*
Węglowodany	*112,4920*	*g*
w tym NKT	*15,2610*	*g*
W tym cukry	*8,0800*	*g*
Błonnik	*14,2340*	*g*
Sól	*2,7730*	*g*

Data: 12-06-2024 - Środa **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa Solferino 400g *(1, 7, 9, 10), Klops z pieczarkami i papryką 130g *(1, 3, 7, P24, P47), Kasza gryczana na sypko 100g *(1, 7), Surówka z marchwi i kalarepy 150g *(3, 7, 10, P39), Kompot truskawkowo-agrestowy 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*1 140,0550*	*kcal*
Białko	*40,6810*	*g*
Tłuszcz	*41,7720*	*g*
Węglowodany	*158,9040*	*g*
w tym NKT	*11,4368*	*g*
W tym cukry	*40,8435*	*g*
Błonnik	*18,6400*	*g*
Sól	*0,3680*	*g*

Data: 12-06-2024 - 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), Powidła 30g, Sałata Lodowa 25g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*690,8700*	*kcal*
Białko	*30,6030*	*g*
Tłuszcz	*19,7280*	*g*
Węglowodany	*93,6950*	*g*
w tym NKT	*10,2402*	*g*
W tym cukry	*18,7420*	*g*
Błonnik	*7,7340*	*g*
Sól	*3,3935*	*g*

Data: 12-06-2024 - 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: 13-06-2024 - Czwartek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Śniadanie*

Skład: *Zupa mleczna z kaszką manną 300g *(1, 7, P47), Bułka Grahamka 50g *(1, 3, 7), Chleb Baltonowski 70g *(1, 7), Masło Porcyjne 15g *(7), Szynka Tostowa Z Kurczaka 50g *(1, 6, 9, 10), Papryka 150g, Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*863,4000*	*kcal*
Białko	*38,6240*	*g*
Tłuszcz	*27,7220*	*g*
Węglowodany	*118,0400*	*g*
w tym NKT	*15,4830*	*g*
W tym cukry	*9,2800*	*g*
Błonnik	*9,1840*	*g*
Sól	*2,1650*	*g*

Data: 13-06-2024 - Czwartek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Chłodnik litewski 400g *(3, 7, 9, 10, P24, P47, P50), Pieczeń wieprzowa z karkówki 80g *(1, 7, P24), Ziemniaki z wody 200g, Surówka z kapusty włoskiej 100g *(7), kompot z czerwonej porzeczki 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*1 041,8200*	*kcal*
Białko	*46,1300*	*g*
Tłuszcz	*48,3520*	*g*
Węglowodany	*122,7620*	*g*
w tym NKT	*16,6058*	*g*
W tym cukry	*41,2890*	*g*
Błonnik	*16,8150*	*g*
Sól	*0,0160*	*g*

Data: 13-06-2024 - Czwartek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Kolacja*

Skład: *Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Sałata - Rukola 25g, Pasta z soczewicy 100g *(P50), Szynka Konserwowa Wp-Mielona 50g *(1, 6, 7, 9, 10)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*754,7100*	*kcal*
Białko	*32,5640*	*g*
Tłuszcz	*21,8890*	*g*
Węglowodany	*104,4050*	*g*
w tym NKT	*9,5101*	*g*
W tym cukry	*7,8460*	*g*
Błonnik	*14,6520*	*g*
Sól	*3,4300*	*g*

Data: 13-06-2024 - 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: 14-06-2024 - Piątek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Śniadanie*

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*1 035,9050*	*kcal*
Białko	*45,2610*	*g*
Tłuszcz	*44,6340*	*g*
Węglowodany	*109,6990*	*g*
w tym NKT	*23,7761*	*g*
W tym cukry	*7,7105*	*g*
Błonnik	*7,6850*	*g*
Sól	*1,7250*	*g*

Data: 14-06-2024 - Piątek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa jarzynowa z pomidorami 400g *(7, 9, 10, P50), Filet z dorsza panierowany 110g *(1, 3, 4, 7), Ziemniaki z wody 200g, Surówka z kapusty kiszonej 120g * (P24, P39, P50), Kompot z wiśni mrożonych 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*1 036,4900*	*kcal*
Białko	*39,9310*	*g*
Tłuszcz	*41,1500*	*g*
Węglowodany	*132,5420*	*g*
w tym NKT	*2,1422*	*g*
W tym cukry	*43,7550*	*g*
Błonnik	*15,3230*	*g*
Sól	*0,1200*	*g*

Data: 14-06-2024 - Piątek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Kolacja*

Skład: *Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Ser biały z koperkiem 120g * (7, P47, P50), Truskawki Świeże 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*649,6800*	*kcal*
Białko	*32,2120*	*g*
Tłuszcz	*16,4030*	*g*
Węglowodany	*94,9290*	*g*
w tym NKT	*9,5060*	*g*
W tym cukry	*11,5570*	*g*
Błonnik	*12,3060*	*g*
Sól	*2,2465*	*g*

Data: 14-06-2024 - Piątek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Posiłek Nocny*

Skład: *Jogurt Bez Laktozy Dar Pure 250g*

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: 15-06-2024 - Sobota **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Śniadanie*

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*844,6500*	*kcal*
Białko	*37,2890*	*g*
Tłuszcz	*27,2570*	*g*
Węglowodany	*110,4290*	*g*
w tym NKT	*16,0510*	*g*
W tym cukry	*6,8600*	*g*
Błonnik	*12,1640*	*g*
Sól	*2,9230*	*g*

Data: 15-06-2024 - Sobota **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa szpinakowa 450g *(1, 7, 9, P47), Filet z kurczaka -duszony 110g *(1), Ziemniaki z wody 200g, Marchew z groszkiem 160g *(1, 7), Kompot owocowy 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*889,9400*	*kcal*
Białko	*45,7280*	*g*
Tłuszcz	*21,9720*	*g*
Węglowodany	*118,1790*	*g*
w tym NKT	*7,6189*	*g*
W tym cukry	*38,3840*	*g*
Błonnik	*11,6810*	*g*
Sól	*0,0372*	*g*

Data: 15-06-2024 - Sobota **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Kolacja*

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*700,4000*	*kcal*
Białko	*33,3000*	*g*
Tłuszcz	*28,6000*	*g*
Węglowodany	*74,1750*	*g*
w tym NKT	*17,6650*	*g*
W tym cukry	*3,2750*	*g*
Błonnik	*7,6500*	*g*
Sól	*4,2380*	*g*

Data: 15-06-2024 - 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: 16-06-2024 - 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 Gotowany 50g *(6, 7, 9), Jajko gotowane 50g *(3),*

*Sałata Lodowa 25g, Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*919,4000*	*kcal*
Białko	*48,7140*	*g*
Tłuszcz	*29,9620*	*g*
Węglowodany	*111,1790*	*g*
w tym NKT	*16,5160*	*g*
W tym cukry	*9,5450*	*g*
Błonnik	*6,7240*	*g*
Sól	*3,1500*	*g*

Data: 16-06-2024 - Niedziela **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa z cukinii z ziemniakami 400g *(7, 9, 10), Gulasz wieprzowy 180g *(1, 9, 10), Kasza jęczmienna 100g *(1, 7), Fasolka szparagowa z tartą bułką 160g *(1, 3, 7), Kompot z czarnej porzeczki 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*1 187,3400*	*kcal*
Białko	*40,0810*	*g*
Tłuszcz	*53,0990*	*g*
Węglowodany	*140,5020*	*g*
w tym NKT	*20,3175*	*g*
W tym cukry	*40,1060*	*g*
Błonnik	*18,0980*	*g*
Sól	*0,1635*	*g*

Data: 16-06-2024 - Niedziela **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Kolacja*

Skład: *Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Kiełbasa Szynkowa Drobiowa 50g *(7, 10), Papryka 150g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*567,4000*	*kcal*
Białko	*21,1000*	*g*
Tłuszcz	*16,8000*	*g*
Węglowodany	*80,4000*	*g*
w tym NKT	*9,5050*	*g*
W tym cukry	*3,8000*	*g*
Błonnik	*10,3000*	*g*
Sól	*3,3380*	*g*

Data: 16-06-2024 - 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	