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: 2024-07-29 do 2024-08-04

Data: 29-07-2024 - 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 Konserwowa Wp-Mielona 50g *(1, 6, 7, 9, 10), Ser Twargowy Topiony Deliser 17g *(7), Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*864,3800*	*kcal*
Białko	*35,5490*	*g*
Tłuszcz	*32,0470*	*g*
Węglowodany	*107,2960*	*g*
w tym NKT	*14,4860*	*g*
W tym cukry	*6,2350*	*g*
Błonnik	*7,0640*	*g*
Sól	*2,1045*	*g*

Data: 29-07-2024 - Poniedziałek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa pieczarkowa z makaronem 450g *(1, 3, 7, 9, P24), Filet panierowany z indyka 90g *(1, 3, 7), Ziemniaki z wody 200g, Surówka z marchwi z ananasem 140g *(3, 7, 10, P16, P39), Kompot z wiśni mrożonych 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*1 026,6000*	*kcal*
Białko	*43,1390*	*g*
Tłuszcz	*30,6890*	*g*
Węglowodany	*151,8470*	*g*
w tym NKT	*3,5574*	*g*
W tym cukry	*47,0950*	*g*
Błonnik	*15,8160*	*g*
Sól	*0,1180*	*g*

Data: 29-07-2024 - Poniedziałek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Kolacja*

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*650,6200*	*kcal*
Białko	*32,8930*	*g*
Tłuszcz	*21,0830*	*g*
Węglowodany	*79,2900*	*g*
w tym NKT	*13,6302*	*g*
W tym cukry	*9,3320*	*g*
Błonnik	*7,7340*	*g*
Sól	*2,2875*	*g*

Data: 29-07-2024 - 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: 30-07-2024 - Wtorek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Śniadanie*

Skład: *Płatki owsiane na mleku 300g *(1, 7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło * (1, 7), Filet Z Indyka Pieczony 50g, Pomidory 150g, Kakao 250g *(1, 7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*906,1300*	*kcal*
Białko	*43,3300*	*g*
Tłuszcz	*28,1560*	*g*
Węglowodany	*117,7390*	*g*
w tym NKT	*16,2420*	*g*
W tym cukry	*10,1550*	*g*
Błonnik	*16,6320*	*g*
Sól	*2,6645*	*g*

Data: 30-07-2024 - Wtorek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Krupnik zabielany 450g *(1, 7, 9, 10), Schab nadziewany morelą 80g *(1), Ziemniaki z wody 200g, Buraczki oprószane 180g *(1, 7), Kompot truskawkowo-agrestowy 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*980,2300*	*kcal*
Białko	*42,9370*	*g*
Tłuszcz	*24,6560*	*g*
Węglowodany	*158,3560*	*g*
w tym NKT	*7,1666*	*g*
W tym cukry	*64,5840*	*g*
Błonnik	*14,6360*	*g*
Sól	*0,0140*	*g*

Data: 30-07-2024 - Wtorek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Kolacja*

Skład: *Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Pasta jajeczna z tuńczykiem 120g *(1, 3, 4, 7, 10), Serek Puszysty Almette 1 Szt = 30 G 30g *(7, P47), Rukola 25g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*875,9750*	*kcal*
Białko	*39,5195*	*g*
Tłuszcz	*41,5880*	*g*
Węglowodany	*80,5090*	*g*
w tym NKT	*17,3260*	*g*
W tym cukry	*4,3270*	*g*
Błonnik	*8,0360*	*g*
Sól	*2,4810*	*g*

Data: 30-07-2024 - 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: 31-07-2024 - Środa **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Śniadanie*

Skład: *Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g *(7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło *(1, 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	*871,7000*	*kcal*
Białko	*39,9440*	*g*
Tłuszcz	*28,1020*	*g*
Węglowodany	*115,3360*	*g*
w tym NKT	*15,6060*	*g*
W tym cukry	*6,1400*	*g*
Błonnik	*9,8240*	*g*
Sól	*2,7260*	*g*

Data: 31-07-2024 - Środa **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa koperkowa z lanym ciastem 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Boeuf Strogonow 80g *(1, 3, 7, 10, P24), Kasza gryczana na sypko 100g *(1, 7), Surówka z kapusty białej i marchwi 150g *(P24, P39), Kompot z czarnej porzeczki 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*1 102,4640*	*kcal*
Białko	*51,2350*	*g*
Tłuszcz	*40,1312*	*g*
Węglowodany	*143,4726*	*g*
w tym NKT	*8,1194*	*g*
W tym cukry	*43,2240*	*g*
Błonnik	*15,8280*	*g*
Sól	*0,3960*	*g*

Data: 31-07-2024 - 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), Brzoskwinie - Świeże 200g *(P23)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*728,5590*	*kcal*
Białko	*35,3710*	*g*
Tłuszcz	*20,8582*	*g*
Węglowodany	*97,0867*	*g*
w tym NKT	*11,2015*	*g*
W tym cukry	*15,1498*	*g*
Błonnik	*11,1840*	*g*
Sól	*3,5067*	*g*

Data: 31-07-2024 - 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: 01-08-2024 - Czwartek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Śniadanie*

Skład: *Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300g *(1, 7, P47), Bułka Z Ziarnami 50g *(1, 3, 7), Chleb Baltonowski 70g *(1, 7), Masło Porcyjne 15g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(1, 6, 9, 10), Pomidory 150g, Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*849,9000*	*kcal*
Białko	*37,1140*	*g*
Tłuszcz	*27,7520*	*g*
Węglowodany	*113,5500*	*g*
w tym NKT	*16,0820*	*g*
W tym cukry	*9,0600*	*g*
Błonnik	*13,0640*	*g*
Sól	*2,3650*	*g*

Data: 01-08-2024 - Czwartek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa z wiśni z makaronem 400g *(1, 3), Podudzie z kurczaka - duszone 150g *(1), Ziemniaki z wody 200g, Surówka z selera z orzechami 150g *(3, 7, 8, 9, 10, P39), Kompot z rabarbaru 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*1 450,6550*	*kcal*
Białko	*67,7590*	*g*
Tłuszcz	*45,4670*	*g*
Węglowodany	*152,9370*	*g*
w tym NKT	*11,1811*	*g*
W tym cukry	*56,5385*	*g*
Błonnik	*10,4833*	*g*
Sól	*0,1050*	*g*

Data: 01-08-2024 - Czwartek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Kolacja*

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*609,9060*	*kcal*
Białko	*23,9432*	*g*
Tłuszcz	*21,2004*	*g*
Węglowodany	*77,6824*	*g*
w tym NKT	*12,9153*	*g*
W tym cukry	*7,1324*	*g*
Błonnik	*7,6500*	*g*
Sól	*4,4738*	*g*

Data: 01-08-2024 - Czwartek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Posiłek Nocny*

Skład: *Serek Homogenizowany 100G 100g *(7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*119,0000*	*kcal*
Białko	*11,8000*	*g*
Tłuszcz	*6,0000*	*g*
Węglowodany	*4,5000*	*g*
w tym NKT	*3,8000*	*g*
W tym cukry	*3,6000*	*g*
Sól	*0,1200*	*g*

Data: 02-08-2024 - 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 150g *(3, 7), Papryka 150g, Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*1 057,3050*	*kcal*
Białko	*48,8760*	*g*
Tłuszcz	*47,2440*	*g*
Węglowodany	*109,1410*	*g*
w tym NKT	*24,5121*	*g*
W tym cukry	*5,8305*	*g*
Błonnik	*9,3850*	*g*
Sól	*1,7270*	*g*

Data: 02-08-2024 - Piątek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa pomidorowa z ryżem 400g *(7, 9, 10), Filet rybny saute 120g *(1, 4, P24), Ziemniaki z wody 200g, Szpinak duszony z czosnkiem i śmietanką 200g *(1, 7, P28), kompot z czerwonej porzeczki 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*955,2900*	*kcal*
Białko	*43,5630*	*g*
Tłuszcz	*33,0350*	*g*
Węglowodany	*133,7600*	*g*
w tym NKT	*6,1495*	*g*
W tym cukry	*44,7700*	*g*
Błonnik	*9,7870*	*g*
Sól	*0,4650*	*g*

Data: 02-08-2024 - Piątek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Kolacja*

Skład: *Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Ser biały z zieloną pietruszką 120g *(7, P47), Rukola 25g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*618,0700*	*kcal*
Białko	*32,3430*	*g*
Tłuszcz	*17,3330*	*g*
Węglowodany	*80,2250*	*g*
w tym NKT	*10,6352*	*g*
W tym cukry	*8,6170*	*g*
Błonnik	*7,7840*	*g*
Sól	*2,2620*	*g*

Data: 02-08-2024 - 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: 03-08-2024 - Sobota **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Śniadanie*

Skład: *Zupa mleczna z ryżem 300g *(7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło *(1, 7), Szynka Delikatesowa Z Kurczaka 50g, Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*823,1500*	*kcal*
Białko	*37,7890*	*g*
Tłuszcz	*25,0570*	*g*
Węglowodany	*110,5310*	*g*
w tym NKT	*14,8010*	*g*
W tym cukry	*5,8600*	*g*
Błonnik	*7,6640*	*g*
Sól	*2,7230*	*g*

Data: 03-08-2024 - Sobota **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa z dyni z makaronem 300g *(1, 3, 7, 9, 10), Kotlet mielony 100g *(1, 3, 7, P24, P28), Ziemniaki z wody 200g, Fasolka szparagowa z tartą bułką 160g *(1, 3, 7), Kompot ze śliwek mrożonych 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*1 149,9674*	*kcal*
Białko	*38,2505*	*g*
Tłuszcz	*45,6760*	*g*
Węglowodany	*152,1450*	*g*
w tym NKT	*12,5038*	*g*
W tym cukry	*42,5000*	*g*
Błonnik	*15,0840*	*g*
Sól	*0,3050*	*g*

Data: 03-08-2024 - Sobota **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Kolacja*

Skład: *Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Szynka Gotowana 50g *(1, 6, 9, 10), Serek Haga 16,66g *(7), Sałata Zielona 25g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*587,3812*	*kcal*
Białko	*22,1328*	*g*
Tłuszcz	*21,4816*	*g*
Węglowodany	*73,6081*	*g*
w tym NKT	*13,9134*	*g*
W tym cukry	*3,9247*	*g*
Błonnik	*7,6500*	*g*
Sól	*3,5546*	*g*

Data: 03-08-2024 - 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: 04-08-2024 - Niedziela **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Śniadanie*

Skład: *Zupa mleczna z płatkami kuk. 300g *(1, 7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło *(1, 7), Kiełbasa Szynkowa 50g *(1, 6, 9, 10), Jajko gotowane 50g *(3), Sałata Lodowa 25g, Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*915,4000*	*kcal*
Białko	*43,9640*	*g*
Tłuszcz	*31,0620*	*g*
Węglowodany	*112,5290*	*g*
w tym NKT	*16,8660*	*g*
W tym cukry	*9,4450*	*g*
Błonnik	*6,7240*	*g*
Sól	*2,2900*	*g*

Data: 04-08-2024 - Niedziela **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa Solferino 400g *(1, 7, 9, 10), Potrawka z indyka 150g *(1, 3, 9), Ryż na sypko 160g *(7), Marchew z groszkiem 160g *(1, 7), Kompot owocowy 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*940,0200*	*kcal*
Białko	*42,6280*	*g*
Tłuszcz	*19,4830*	*g*
Węglowodany	*135,0480*	*g*
w tym NKT	*6,8217*	*g*
W tym cukry	*40,0570*	*g*
Błonnik	*10,9090*	*g*
Sól	*0,1110*	*g*

Data: 04-08-2024 - Niedziela **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), Pomidory 150g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*717,9000*	*kcal*
Białko	*32,9500*	*g*
Tłuszcz	*28,5500*	*g*
Węglowodany	*78,7000*	*g*
w tym NKT	*17,7300*	*g*
W tym cukry	*3,4000*	*g*
Błonnik	*13,6000*	*g*
Sól	*4,2380*	*g*

Data: 04-08-2024 - 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	