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: 2024-07-22 do 2024-07-28

Data: 22-07-2024 - 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), Szynka Konserwowa Wp-Mielona 50g *(1, 6, 7, 9, 10), Ser Twarogowy - Plastry D 21,43g *(7), Pomidory 150g, Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47), Masło Porcyjne *(7)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*856,0030*	*kcal*
Białko	*36,9306*	*g*
Tłuszcz	*29,9472*	*g*
Węglowodany	*108,5447*	*g*
w tym NKT	*16,4361*	*g*
W tym cukry	*8,1637*	*g*
Błonnik	*11,5640*	*g*
Sól	*2,5974*	*g*

Data: 22-07-2024 - Poniedziałek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa neapolitańska z żółtym serem 450g *(1, 3, 7, 9, 10), Filet z indyka pieczony z warzywami 80g *(1, 9), Ziemniaki z wody 200g, Sałatka z zieleniny II 120g *(3, 7, 10), Kompot z truskawek mrożonych 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*921,3300*	*kcal*
Białko	*46,5580*	*g*
Tłuszcz	*29,3800*	*g*
Węglowodany	*127,6780*	*g*
w tym NKT	*8,1791*	*g*
W tym cukry	*39,4280*	*g*
Błonnik	*10,8740*	*g*
Sól	*0,5820*	*g*

Data: 22-07-2024 - Poniedziałek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Kolacja*

Skład: *Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Pasta z sera białego z suszonymi pomidorami 120g *(7, P47), Rzodkiewka 100g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*692,5200*	*kcal*
Białko	*31,8660*	*g*
Tłuszcz	*25,0330*	*g*
Węglowodany	*84,0410*	*g*
w tym NKT	*12,6660*	*g*
W tym cukry	*9,6990*	*g*
Błonnik	*11,3740*	*g*
Sól	*2,4945*	*g*

Data: 22-07-2024 - 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: 23-07-2024 - Wtorek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: ***Śniadanie***

Skład: *Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g *(7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło *(1, 7), Kakao 250g *(1, 7, P47), Polędwica Sopocka *(1, 6, 9, 10), Papryka*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*943,1300*	*kcal*
Białko	*43,5900*	*g*
Tłuszcz	*30,3660*	*g*
Węglowodany	*123,2750*	*g*
w tym NKT	*17,2870*	*g*
W tym cukry	*11,9150*	*g*
Błonnik	*12,2220*	*g*
Sól	*2,9175*	*g*

Data: 23-07-2024 - Wtorek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: ***Obiad***

Skład: *Zupa jarzynowa 450g *(1, 7, 9, 10), Makaron penne 100g *(1, 3), Sos boloński 250g *(1, 9, P24, P28), Koktajl mleczny (truskawka, banan) 250g *(7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*1 118,4000*	*kcal*
Białko	*42,9990*	*g*
Tłuszcz	*47,7570*	*g*
Węglowodany	*135,8440*	*g*
w tym NKT	*13,3201*	*g*
W tym cukry	*21,0580*	*g*
Błonnik	*12,4750*	*g*
Sól	*0,3120*	*g*

Data: 23-07-2024 - Wtorek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: ***Kolacja***

Skład: *Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Sałatka z tuńczyka z fasolą i kukurydzą 120g *(3, 4, 7, 10, P24), Serek Haga 16,66g *(7), Rukola 25g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*831,3962*	*kcal*
Białko	*36,1603*	*g*
Tłuszcz	*32,8901*	*g*
Węglowodany	*89,1111*	*g*
w tym NKT	*14,0698*	*g*
W tym cukry	*5,4737*	*g*
Błonnik	*10,8980*	*g*
Sól	*2,6031*	*g*

Data: 23-07-2024 - 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: 24-07-2024 - Środa **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: ***Śniadanie***

Skład: *Płatki owsiane na mleku 300g *(1, 7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło * (1, 7), Filet Z Indyka (Wędlina) 50g, Pomidory 150g, Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*851,7000*	*kcal*
Białko	*41,1840*	*g*
Tłuszcz	*26,3920*	*g*
Węglowodany	*111,4940*	*g*
w tym NKT	*15,1110*	*g*
W tym cukry	*7,0800*	*g*
Błonnik	*14,2340*	*g*
Sól	*2,6230*	*g*

Data: 24-07-2024 - Środa **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: ***Obiad***

Skład: *Zupa szparagowa z lanym ciastem 450g *(1, 3, 7, 9, 10), Polędwica wieprzowa duszona z pieczarkami 80g *(1, 3, 7, 10, P24), Ziemniaki z wody 200g, Surówka z kapusty włoskiej 100g *(3, 7, 10, P39), kompot z czerwonej porzeczki 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*977,6940*	*kcal*
Białko	*53,2900*	*g*
Tłuszcz	*35,5342*	*g*
Węglowodany	*135,8886*	*g*
w tym NKT	*10,5423*	*g*
W tym cukry	*43,2260*	*g*
Błonnik	*12,5350*	*g*
Sól	*0,9988*	*g*

Data: 24-07-2024 - 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), Sałata Lodowa 25g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*630,8240*	*kcal*
Białko	*32,4630*	*g*
Tłuszcz	*20,4408*	*g*
Węglowodany	*75,9624*	*g*
w tym NKT	*11,2275*	*g*
W tym cukry	*4,7386*	*g*
Błonnik	*7,7340*	*g*
Sól	*3,2285*	*g*

Data: 24-07-2024 - 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: 25-07-2024 - 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), Kiełbasa Szynkowa Drobiowa 50g *(7, 10), Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*831,4000*	*kcal*
Białko	*35,9740*	*g*
Tłuszcz	*26,3720*	*g*
Węglowodany	*111,8940*	*g*
w tym NKT	*15,3580*	*g*
W tym cukry	*7,3800*	*g*
Błonnik	*7,9840*	*g*
Sól	*2,3650*	*g*

Data: 25-07-2024 - Czwartek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa z kalarepy 400g *(7, 9, 10), Eskalop ze schabu 100g *(1, 3), Ziemniaki z wody 200g, Surówka z marchwi i chrzanu 150g *(7, P39), Kompot z wiśni mrożonych 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*988,2200*	*kcal*
Białko	*41,1430*	*g*
Tłuszcz	*39,1000*	*g*
Węglowodany	*124,7540*	*g*
w tym NKT	*7,6011*	*g*
W tym cukry	*41,9500*	*g*
Błonnik	*13,5240*	*g*
Sól	*0,0620*	*g*

Data: 25-07-2024 - Czwartek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Kolacja*

Skład: *Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Pasta warzywna z soczewicą 120g *(9), Serek Puszysty Almette 1 Szt = 30 G 30g *(7, P47), Sałata Zielona 25g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*831,4500*	*kcal*
Białko	*28,9840*	*g*
Tłuszcz	*30,8940*	*g*
Węglowodany	*107,9450*	*g*
w tym NKT	*14,4371*	*g*
W tym cukry	*10,0060*	*g*
Błonnik	*17,1420*	*g*
Sól	*2,4140*	*g*

Data: 25-07-2024 - 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: 26-07-2024 - 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 150g *(3, 7), Pomidory 150g, Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*1 070,6550*	*kcal*
Białko	*48,3860*	*g*
Tłuszcz	*47,0590*	*g*
Węglowodany	*109,8490*	*g*
w tym NKT	*24,5261*	*g*
W tym cukry	*7,7105*	*g*
Błonnik	*12,1850*	*g*
Sól	*1,7250*	*g*

Data: 26-07-2024 - Piątek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: ***Obiad***

Skład: *Barszcz z ziemniakami 400g *(1, 9, 10), Kotlet mielony z ryby 100g *(1, 3, 4, 7, P24, P47), Ziemniaki z wody 200g, Surówka z kapusty i zielonego ogórka 150g *(7), Kompot z czarnej porzeczki 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*964,0100*	*kcal*
Białko	*35,0020*	*g*
Tłuszcz	*28,7510*	*g*
Węglowodany	*153,4570*	*g*
w tym NKT	*2,9496*	*g*
W tym cukry	*46,0560*	*g*
Błonnik	*13,4720*	*g*
Sól	*0,3210*	*g*

Data: 26-07-2024 - Piątek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: ***Kolacja***

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*622,4700*	*kcal*
Białko	*33,1830*	*g*
Tłuszcz	*17,3620*	*g*
Węglowodany	*80,4360*	*g*
w tym NKT	*10,6530*	*g*
W tym cukry	*8,7580*	*g*
Błonnik	*7,7990*	*g*
Sól	*2,2655*	*g*

Data: 26-07-2024 - 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: 27-07-2024 - Sobota **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Śniadanie*

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*854,6500*	*kcal*
Białko	*38,4390*	*g*
Tłuszcz	*27,5570*	*g*
Węglowodany	*113,8290*	*g*
w tym NKT	*15,9760*	*g*
W tym cukry	*6,8600*	*g*
Błonnik	*8,8640*	*g*
Sól	*2,9730*	*g*

Data: 27-07-2024 - Sobota **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa wiedeńska 400g *(1, 9, 10), Filet z kurczaka -duszony 110g *(1), Ziemniaki z wody 200g, Marchew z groszkiem 160g *(1, 7), Kompot z rabarbaru 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*842,3400*	*kcal*
Białko	*44,9810*	*g*
Tłuszcz	*17,9700*	*g*
Węglowodany	*114,2140*	*g*
w tym NKT	*4,4117*	*g*
W tym cukry	*37,4650*	*g*
Błonnik	*10,9430*	*g*
Sól	*0,0437*	*g*

Data: 27-07-2024 - 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 Lodowa 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: 27-07-2024 - 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: 28-07-2024 - Niedziela **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Śniadanie*

Skład: *Zupa mleczna z płatkami kuk. 300g *(1, 7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło *(1, 7), Kiełbasa Śląska Delikatesowa 120g, Musztarda Porcyjna 20 G 20g *(1, 7, 10), Jajko gotowane 50g *(3), Sałata Lodowa 25g, Kawa z mlekiem 200g * (1, 7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*1 121,1000*	*kcal*
Białko	*56,4240*	*g*
Tłuszcz	*48,6420*	*g*
Węglowodany	*112,6790*	*g*
w tym NKT	*16,4260*	*g*
W tym cukry	*10,8250*	*g*
Błonnik	*6,7240*	*g*
Sól	*2,6500*	*g*

Data: 28-07-2024 - Niedziela **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa z cukinii z ziemniakami 400g *(7, 9, 10), Gulasz wieprzowy - dieta 240g *(1, 9, 10), Kasza jęczmienna 100g *(1, 7), Bukiet warzyw 150g *(7), Kompot ze śliwek mrożonych 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*1 132,4300*	*kcal*
Białko	*39,2070*	*g*
Tłuszcz	*47,7730*	*g*
Węglowodany	*136,0440*	*g*
w tym NKT	*17,5745*	*g*
W tym cukry	*43,8870*	*g*
Błonnik	*14,4010*	*g*
Sól	*0,2700*	*g*

Data: 28-07-2024 - Niedziela **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Kolacja*

Skład: *Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Szynka Delikatesowa Z Kurczaka 50g, Serek Haga 16,66g *(7), Pomidory 150g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*592,3812*	*kcal*
Białko	*22,7828*	*g*
Tłuszcz	*19,5316*	*g*
Węglowodany	*78,9831*	*g*
w tym NKT	*12,8784*	*g*
W tym cukry	*4,0497*	*g*
Błonnik	*13,6000*	*g*
Sól	*3,3046*	*g*

Data: 28-07-2024 - 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	