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: 2024-08-05 do 2024-08-11

Data: 05-08-2024 - 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), Filet Z Indyka (Wędlina) 50g, Serek Haga 16,66g *(7), Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*849,9812*	*kcal*
Białko	*38,6918*	*g*
Tłuszcz	*30,2786*	*g*
Węglowodany	*104,5531*	*g*
w tym NKT	*18,7344*	*g*
W tym cukry	*4,8847*	*g*
Błonnik	*7,0640*	*g*
Sól	*1,9711*	*g*

Data: 05-08-2024 - Poniedziałek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa neapolitańska (z serem żółtym) 450g *(1, 3, 7, 9, 10), Pieczeń wieprzowa z karkówki 80g *(1, P24), Ziemniaki z wody 200g, Surówka z kapusty czerwonej 150g *(3, 7, 10, P39), Kompot ze śliwek mrożonych 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*1 228,6600*	*kcal*
Białko	*43,4610*	*g*
Tłuszcz	*59,8750*	*g*
Węglowodany	*138,5890*	*g*
w tym NKT	*17,0712*	*g*
W tym cukry	*40,4500*	*g*
Błonnik	*11,5130*	*g*
Sól	*0,5220*	*g*

Data: 05-08-2024 - Poniedziałek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Kolacja*

Skład: *Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Ser biały z koperkiem 120g *(7, P47), Sałata Zielona 25g, Brzoskwinie - Świeże 200g *(P23)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*736,3800*	*kcal*
Białko	*33,8070*	*g*
Tłuszcz	*21,2830*	*g*
Węglowodany	*100,0440*	*g*
w tym NKT	*13,5220*	*g*
W tym cukry	*19,5670*	*g*
Błonnik	*11,5160*	*g*
Sól	*2,2830*	*g*

Data: 05-08-2024 - 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: 06-08-2024 - Wtorek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Śniadanie*

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*919,1300*	*kcal*
Białko	*41,4400*	*g*
Tłuszcz	*29,4660*	*g*
Węglowodany	*119,3770*	*g*
w tym NKT	*17,0620*	*g*
W tym cukry	*10,9150*	*g*
Błonnik	*15,5220*	*g*
Sól	*2,9675*	*g*

Data: 06-08-2024 - Wtorek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa jarzynowa 400g *(7, 9, 10), Pierogi z serem 250g *(1, 3, 7), Surówka z marchwi i jabłek 140g *(7, P39), Kompot z rabarbaru 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*1 175,8800*	*kcal*
Białko	*37,8840*	*g*
Tłuszcz	*34,2590*	*g*
Węglowodany	*185,1900*	*g*
w tym NKT	*11,9276*	*g*
W tym cukry	*65,3010*	*g*
Błonnik	*19,0470*	*g*
Sól	*2,1310*	*g*

Data: 06-08-2024 - Wtorek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Kolacja*

Skład: *Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Sałatka z tuńczyka z kukurydzą i ogórkiem 150g *(3, 4, 7, 10, P24), Serek Haga 16,66g *(7), Rukola 25g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*746,3386*	*kcal*
Białko	*34,6763*	*g*
Tłuszcz	*26,6096*	*g*
Węglowodany	*88,6010*	*g*
w tym NKT	*13,7700*	*g*
W tym cukry	*6,1447*	*g*
Błonnik	*8,9960*	*g*
Sól	*2,8626*	*g*

Data: 06-08-2024 - 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: 07-08-2024 - Środa **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Śniadanie*

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*825,2000*	*kcal*
Białko	*37,0340*	*g*
Tłuszcz	*27,0420*	*g*
Węglowodany	*108,0690*	*g*
w tym NKT	*15,2460*	*g*
W tym cukry	*6,9550*	*g*
Błonnik	*8,2840*	*g*
Sól	*3,0730*	*g*

Data: 07-08-2024 - Środa **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa ziemniaczana 450g *(7, 9, 10, P50), Filet z indyka po chińsku 110g, Ryż na sypko 160g *(7), Koktajl banan-czarna porzeczka na maślance 250g *(7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*990,5100*	*kcal*
Białko	*48,9440*	*g*
Tłuszcz	*21,5030*	*g*
Węglowodany	*151,6800*	*g*
w tym NKT	*6,4683*	*g*
W tym cukry	*25,8930*	*g*
Błonnik	*15,3810*	*g*
Sól	*0,2560*	*g*

Data: 07-08-2024 - 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	*671,2030*	*kcal*
Białko	*37,3460*	*g*
Tłuszcz	*20,1279*	*g*
Węglowodany	*84,5536*	*g*
w tym NKT	*10,8119*	*g*
W tym cukry	*5,0075*	*g*
Błonnik	*10,3840*	*g*
Sól	*3,2948*	*g*

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

Posiłek: *Śniadanie*

Skład: *Zupa mleczna z makaronem 300g *(1, 3, 7, P47), Bułka Grahamka 50g *(1, 3, 7), Chleb Baltonowski 70g *(1, 7), Masło Porcyjne 15g *(7), Filet Parzony Z Indyka 50g *(7), Pomidory 150g, Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*842,2500*	*kcal*
Białko	*38,6340*	*g*
Tłuszcz	*25,3870*	*g*
Węglowodany	*114,1560*	*g*
w tym NKT	*14,9470*	*g*
W tym cukry	*7,2600*	*g*
Błonnik	*11,9840*	*g*
Sól	*2,3630*	*g*

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

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa wiedeńska 400g *(1, 9, 10), Polędwica duszona z jabłkami 80g *(1, P39), Ziemniaki z wody 200g, Kalafior z tartą bułką 200g *(1, 3, 7), Kompot z wiśni mrożonych 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*962,3000*	*kcal*
Białko	*50,8920*	*g*
Tłuszcz	*31,6260*	*g*
Węglowodany	*135,4810*	*g*
w tym NKT	*9,9036*	*g*
W tym cukry	*39,3490*	*g*
Błonnik	*16,7310*	*g*
Sól	*0,0445*	*g*

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

Posiłek: ***Kolacja***

Skład: *Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Szynka Biała 50g *(1, 6, 9, 10), Serek Puszysty Almette 1 Szt = 30 G 30g *(7, P47), Sałata Zielona 25g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*610,2000*	*kcal*
Białko	*22,8100*	*g*
Tłuszcz	*22,8000*	*g*
Węglowodany	*75,1350*	*g*
w tym NKT	*14,2650*	*g*
W tym cukry	*4,2350*	*g*
Błonnik	*7,6500*	*g*
Sól	*3,6710*	*g*

Data: 08-08-2024 - 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: 09-08-2024 - Piątek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: ***Śniadanie***

Skład: *Zupa mleczna z kaszką manną 300g *(1, 7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło *(1, 7), Pasta z sera białego z suszonymi pomidorami 120g *(7, P47), Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47), Rukola 25g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*917,0100*	*kcal*
Białko	*47,9560*	*g*
Tłuszcz	*31,4500*	*g*
Węglowodany	*108,3050*	*g*
w tym NKT	*15,8212*	*g*
W tym cukry	*10,5290*	*g*
Błonnik	*8,1560*	*g*
Sól	*2,0615*	*g*

Data: 09-08-2024 - Piątek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Barszcz z ziemniakami 400g *(1, 9, 10), Filet z dorsza panierowany 110g *(1, 3, 4, 7), Ziemniaki z wody 200g, Surówka z kapusty włoskiej 150g *(3, 7, 10, P39), kompot z czerwonej porzeczki 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*1 002,1400*	*kcal*
Białko	*41,2860*	*g*
Tłuszcz	*31,9050*	*g*
Węglowodany	*150,2510*	*g*
w tym NKT	*1,7582*	*g*
W tym cukry	*47,8200*	*g*
Błonnik	*17,1230*	*g*
Sól	*0,1240*	*g*

Data: 09-08-2024 - Piątek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Kolacja*

Skład: *Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Pasta z jaj z koperkiem 120g *(1, 3, 7), Pomidory Koktajlowe 150g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*761,4700*	*kcal*
Białko	*28,4010*	*g*
Tłuszcz	*33,3790*	*g*
Węglowodany	*83,7570*	*g*
w tym NKT	*12,4770*	*g*
W tym cukry	*3,4010*	*g*
Błonnik	*9,4030*	*g*
Sól	*2,2680*	*g*

Data: 09-08-2024 - 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: 10-08-2024 - Sobota **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Śniadanie*

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*847,6500*	*kcal*
Białko	*38,4390*	*g*
Tłuszcz	*26,0070*	*g*
Węglowodany	*115,0290*	*g*
w tym NKT	*15,2260*	*g*
W tym cukry	*6,8600*	*g*
Błonnik	*8,8640*	*g*
Sól	*1,7230*	*g*

Data: 10-08-2024 - Sobota **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa krem z pietruszki 300g *(1, 7, 9, 10, P39), Kotlet pożarski 100g *(1, 3, 7, P47), Ziemniaki z wody 200g, Marchew z groszkiem 160g *(1, 7), Kompot owocowy 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*1 109,0200*	*kcal*
Białko	*44,8200*	*g*
Tłuszcz	*46,3040*	*g*
Węglowodany	*128,1970*	*g*
w tym NKT	*12,2219*	*g*
W tym cukry	*49,9840*	*g*
Błonnik	*20,9830*	*g*
Sól	*0,2870*	*g*

Data: 10-08-2024 - Sobota **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Kolacja*

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*618,9060*	*kcal*
Białko	*25,4432*	*g*
Tłuszcz	*21,6004*	*g*
Węglowodany	*77,2824*	*g*
w tym NKT	*12,4653*	*g*
W tym cukry	*7,1324*	*g*
Błonnik	*7,6500*	*g*
Sól	*4,3238*	*g*

Data: 10-08-2024 - 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: 11-08-2024 - Niedziela **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Śniadanie*

Skład: *Zupa mleczna z płatkami kuk. 300g *(1, 7, P47), Chleb baltonowski ,graham ,*

*masło *(1, 7), Kiełbasa Biała Delikatesowa 120g *(7), 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	*1 188,3000*	*kcal*
Białko	*56,3040*	*g*
Tłuszcz	*55,8420*	*g*
Węglowodany	*112,9190*	*g*
w tym NKT	*16,4260*	*g*
W tym cukry	*10,8250*	*g*
Błonnik	*6,7240*	*g*
Sól	*2,6500*	*g*

Data: 11-08-2024 - Niedziela **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa z cukinii z ziemniakami 400g *(7, 9, 10, P47), Gulasz wieprzowy 240g *(1, 9, 10), Kasza jęczmienna 100g *(1, 7), Bukiet warzyw 150g *(7), Kompot truskawkowo-agrestowy 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*1 119,2300*	*kcal*
Białko	*38,6770*	*g*
Tłuszcz	*46,1730*	*g*
Węglowodany	*135,2040*	*g*
w tym NKT	*16,7335*	*g*
W tym cukry	*41,8570*	*g*
Błonnik	*14,0810*	*g*
Sól	*0,2655*	*g*

Data: 11-08-2024 - Niedziela **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Kolacja*

Skład: *Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Szynka Tostowa Z Kurczaka 50g *(1, 6, 9, 10), Serek Haga 16,66g *(7), Pomidory 150g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*608,3812*	*kcal*
Białko	*21,7828*	*g*
Tłuszcz	*21,2816*	*g*
Węglowodany	*78,8831*	*g*
w tym NKT	*13,4784*	*g*
W tym cukry	*4,3497*	*g*
Błonnik	*13,6000*	*g*
Sól	*3,3046*	*g*

Data: 11-08-2024 - 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	