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: 2024-10-07 do 2024-10-13

Data: 07-10-2024 - 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 Pieczony 50g, Ser Twargowy Topiony Deliser 17g *(7), Papryka 150g, Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*887,8800*	*kcal*
Białko	*39,1990*	*g*
Tłuszcz	*31,5970*	*g*
Węglowodany	*113,0400*	*g*
w tym NKT	*14,9110*	*g*
W tym cukry	*9,2350*	*g*
Błonnik	*8,2640*	*g*
Sól	*1,8545*	*g*

Data: 07-10-2024 - Poniedziałek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa pieczarkowa z makaronem 400g *(1, 3, 7, 9, P24), Bitki drobiowe 80g *(1, 7), Ziemniaki z wody 200g, Sałatka z pomidora i cebuli z oliwą z oliwek 150g * (P24), Kompot truskawkowo-agrestowy 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*985,8700*	*kcal*
Białko	*47,5180*	*g*
Tłuszcz	*34,5780*	*g*
Węglowodany	*125,5400*	*g*
w tym NKT	*5,4547*	*g*
W tym cukry	*30,8270*	*g*
Błonnik	*6,2340*	*g*
Sól	*0,0630*	*g*

Data: 07-10-2024 - Poniedziałek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Kolacja*

Skład: *Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Pasta z sera białego 120g * (7, P47), Rukola 25g, Rzodkiewka 80g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*660,6800*	*kcal*
Białko	*31,7570*	*g*
Tłuszcz	*21,9720*	*g*
Węglowodany	*83,0150*	*g*
w tym NKT	*13,9903*	*g*
W tym cukry	*9,2730*	*g*
Błonnik	*9,9860*	*g*
Sól	*2,2820*	*g*

Data: 07-10-2024 - 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: 08-10-2024 - Wtorek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Śniadanie*

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*934,9300*	*kcal*
Białko	*41,9600*	*g*
Tłuszcz	*28,5160*	*g*
Węglowodany	*124,2910*	*g*
w tym NKT	*16,0690*	*g*
W tym cukry	*13,9750*	*g*
Błonnik	*15,5220*	*g*
Sól	*2,9175*	*g*

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

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Krupnik zabielany 450g *(1, 7, 9, 10), Filet z indyka duszony 90g *(1), Sos chrzanowy 100g *(1, 7, 9, 10), Ziemniaki z wody 200g, Buraczki oprószane 180g *(1, 7), Kompot ze śliwek mrożonych 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*981,9700*	*kcal*
Białko	*42,0650*	*g*
Tłuszcz	*24,8210*	*g*
Węglowodany	*156,5260*	*g*
w tym NKT	*10,6223*	*g*
W tym cukry	*53,3680*	*g*
Błonnik	*12,4820*	*g*
Sól	*0,0816*	*g*

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

Posiłek: *Kolacja*

Skład: *Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Pasta rybna z pomidorami 120g *(3, 4, P24), Serek Haga 16,66g *(7), Sałata Zielona 25g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*666,6812*	*kcal*
Białko	*24,7478*	*g*
Tłuszcz	*29,9866*	*g*
Węglowodany	*86,8731*	*g*
w tym NKT	*13,6309*	*g*
W tym cukry	*8,4647*	*g*
Błonnik	*7,9350*	*g*
Sól	*3,0746*	*g*

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

Posiłek: ***Śniadanie***

Skład: *Owsianka na mleku 300g *(1, 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	*858,7000*	*kcal*
Białko	*39,6840*	*g*
Tłuszcz	*27,0420*	*g*
Węglowodany	*114,5900*	*g*
w tym NKT	*15,1110*	*g*
W tym cukry	*9,0800*	*g*
Błonnik	*9,7340*	*g*
Sól	*2,7230*	*g*

Data: 09-10-2024 - Środa **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: ***Obiad***

Skład: *Zupa krem z pietruszki 300g *(7, 9, 10, P39), Gulasz wołowy 240g *(1, P24), Kasza gryczana na sypko 100g *(1, 7), Surówka z kapusty włoskiej 100g *(7, 8), kompot z czerwonej porzeczki 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*1 062,0900*	*kcal*
Białko	*45,9230*	*g*
Tłuszcz	*42,7230*	*g*
Węglowodany	*128,4660*	*g*
w tym NKT	*14,6532*	*g*
W tym cukry	*41,7120*	*g*
Błonnik	*21,5250*	*g*
Sól	*0,0700*	*g*

Data: 09-10-2024 - 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	*638,8454*	*kcal*
Białko	*32,6115*	*g*
Tłuszcz	*20,9837*	*g*
Węglowodany	*76,2266*	*g*
w tym NKT	*11,6252*	*g*
W tym cukry	*5,1680*	*g*
Błonnik	*7,7340*	*g*
Sól	*3,3918*	*g*

Data: 09-10-2024 - 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: 10-10-2024 - Czwartek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Śniadanie*

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*879,4000*	*kcal*
Białko	*37,1240*	*g*
Tłuszcz	*30,2220*	*g*
Węglowodany	*118,0900*	*g*
w tym NKT	*16,7830*	*g*
W tym cukry	*9,1300*	*g*
Błonnik	*9,1840*	*g*
Sól	*1,1650*	*g*

Data: 10-10-2024 - Czwartek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa koperkowa z lanym ciastem -ws 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Schab nadziewany śliwką suszoną 50g, Ziemniaki z wody 200g, Surówka z selera z orzechami 150g *(3, 7, 8, 9, 10, P39), Kompot owocowy 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*945,4640*	*kcal*
Białko	*36,1430*	*g*
Tłuszcz	*32,1632*	*g*
Węglowodany	*130,4766*	*g*
w tym NKT	*6,7251*	*g*
W tym cukry	*41,9320*	*g*
Błonnik	*14,3790*	*g*
Sól	*0,1020*	*g*

Data: 10-10-2024 - Czwartek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Kolacja*

Skład: *Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Sałatka z brokuł z kurczakiem 150g *(3, 9), Ser Twarogowy - Plastry D 42,86g *(7), Rukola 25g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*768,7660*	*kcal*
Białko	*35,7722*	*g*
Tłuszcz	*28,3994*	*g*
Węglowodany	*93,6224*	*g*
w tym NKT	*14,1364*	*g*
W tym cukry	*9,1434*	*g*
Błonnik	*12,6770*	*g*
Sól	*3,1238*	*g*

Data: 10-10-2024 - 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: 11-10-2024 - 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), Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47), Pomidory Koktajlowe 150g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*1 059,3050*	*kcal*
Białko	*47,8060*	*g*
Tłuszcz	*46,9240*	*g*
Węglowodany	*108,2050*	*g*
w tym NKT	*24,5011*	*g*
W tym cukry	*9,5305*	*g*
Błonnik	*7,6850*	*g*
Sól	*1,7250*	*g*

Data: 11-10-2024 - Piątek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa jarzynowa 400g *(7, 9, 10), Kotlet mielony z ryby 100g *(1, 3, 4, 7, P24, P47), Ziemniaki z wody 200g, Szpinak duszony z czosnkiem i śmietanką 120g *(1, 7, P28), Kompot z czarnej porzeczki 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*923,5800*	*kcal*
Białko	*36,8710*	*g*
Tłuszcz	*34,6270*	*g*
Węglowodany	*128,7410*	*g*
w tym NKT	*6,1338*	*g*
W tym cukry	*33,2770*	*g*
Błonnik	*15,1705*	*g*
Sól	*0,2060*	*g*

Data: 11-10-2024 - Piątek **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Kolacja*

Skład: *Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z sera białego i warzyw 120g *(7, P47), Sałata Lodowa 25g, Śliwki Świeże 100g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*684,2900*	*kcal*
Białko	*31,2260*	*g*
Tłuszcz	*19,3340*	*g*
Węglowodany	*95,8270*	*g*
w tym NKT	*11,3120*	*g*
W tym cukry	*10,6860*	*g*
Błonnik	*9,9680*	*g*
Sól	*2,1270*	*g*

Data: 11-10-2024 - 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: 12-10-2024 - 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	*852,6500*	*kcal*
Białko	*37,2890*	*g*
Tłuszcz	*27,2570*	*g*
Węglowodany	*112,4250*	*g*
w tym NKT	*16,0510*	*g*
W tym cukry	*8,8600*	*g*
Błonnik	*12,1640*	*g*
Sól	*2,9230*	*g*

Data: 12-10-2024 - Sobota **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa selerowa z makaronem 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Filet z kurczaka duszony 110g *(1), Ziemniaki z wody 200g, Brukselka z bułką tartą 150g *(1, 3, 7, P47), Kompot z wiśni mrożonych 200g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*850,4800*	*kcal*
Białko	*50,0550*	*g*
Tłuszcz	*18,7860*	*g*
Węglowodany	*132,6190*	*g*
w tym NKT	*5,0687*	*g*
W tym cukry	*32,7490*	*g*
Błonnik	*17,9850*	*g*
Sól	*0,0580*	*g*

Data: 12-10-2024 - 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), Serek Puszysty Almette 1 Szt = 30 G 30g *(7, P47), Sałata Zielona 25g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*605,7000*	*kcal*
Białko	*22,3100*	*g*
Tłuszcz	*22,8000*	*g*
Węglowodany	*74,3850*	*g*
w tym NKT	*13,6650*	*g*
W tym cukry	*4,2350*	*g*
Błonnik	*7,6500*	*g*
Sól	*3,5210*	*g*

Data: 12-10-2024 - 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: 13-10-2024 - Niedziela **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Śniadanie*

Skład: *Zupa mleczna z płatkami kuk. 300g *(1, 7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło *(1, 7), Parówki Drobiowe 120g *(6, 7, 9, 10), Ketchup Porcyjny 20 G 20g, 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	*53,7440*	*g*
Tłuszcz	*46,4620*	*g*
Węglowodany	*117,9990*	*g*
w tym NKT	*21,5660*	*g*
W tym cukry	*14,8050*	*g*
Błonnik	*6,7240*	*g*
Sól	*5,1100*	*g*

Data: 13-10-2024 - Niedziela **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Obiad*

Skład: *Zupa Solferino 400g *(1, 7, 9, 10), Polędwica wieprzowa duszona z warzywami 80g *(1), Ryż na sypko 160g *(7), Kompot z rabarbaru 200g, Jabłka 200g *(P39)*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*967,2200*	*kcal*
Białko	*46,8030*	*g*
Tłuszcz	*29,0480*	*g*
Węglowodany	*142,8050*	*g*
w tym NKT	*6,9367*	*g*
W tym cukry	*41,1970*	*g*
Błonnik	*10,4990*	*g*
Sól	*0,1270*	*g*

Data: 13-10-2024 - Niedziela **Dieta: Żywienie Podstawowe**

Posiłek: *Kolacja*

Skład: *Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Filet Z Indyka Pieczony 50g, Serek Haga 16,66g *(7), Pomidory 150g*

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość	Jm
Wartość energetyczna	*589,8812*	*kcal*
Białko	*23,2828*	*g*
Tłuszcz	*18,8316*	*g*
Węglowodany	*78,1831*	*g*
w tym NKT	*12,9784*	*g*
W tym cukry	*4,0497*	*g*
Błonnik	*13,6000*	*g*
Sól	*3,2546*	*g*

Data: 13-10-2024 - 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	