

JADŁOSPIS DEKADOWY 11.01.2026

1 dzień niedziela

ŚNIADANIE

| DIETA PODSTAWOWA (1)                     |           |          |          | DIETA CIKRZYZOWA-DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSMAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6) |          |          |          | DIETA ŁATWOSTRAWNA I DIETA PAKOWATA (2)+(12) |          |          |          | DIETA BOGATOBIALKOWA (9)                 |          |          |          | DIETA WĄTROBOWA-DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3) |          |          |          | ALERGENY    |
|------------------------------------------|-----------|----------|----------|-----------------------------------------------------------------------------|----------|----------|----------|----------------------------------------------|----------|----------|----------|------------------------------------------|----------|----------|----------|-----------------------------------------------------------------|----------|----------|----------|-------------|
| Ilość g/ml                               |           |          |          | Ilość g/ml                                                                  |          |          |          | Ilość g/ml                                   |          |          |          | Ilość g/ml                               |          |          |          | Ilość g/ml                                                      |          |          |          |             |
| Płatki owsiane                           | 30        |          |          | Płatki owsiane                                                              | 0        |          |          | Płatki owsiane                               | 30       |          |          | Płatki owsiane                           | 30       |          |          | Płatki owsiane                                                  | 30       |          |          | 1           |
| Mleko spożywcze 2% tłuszczu              | 150       |          |          | Mleko spożywcze 2% tłuszczu                                                 | 0        |          |          | Mleko spożywcze 2% tłuszczu                  | 150      |          |          | Mleko spożywcze 2% tłuszczu              | 150      |          |          | Mleko spożywcze 2% tłuszczu                                     | 150      |          |          | 7           |
| Chleb pszenny                            | 30        |          |          | Chleb pszenny                                                               | 0        |          |          | Chleb pszenny                                | 100      |          |          | Chleb pszenny                            | 100      |          |          | Chleb pszenny                                                   | 100      |          |          | 2           |
| Chleb żytni pełnoziarnisty               | 50        |          |          | Chleb żytni pełnoziarnisty                                                  | 130      |          |          | Chleb żytni pełnoziarnisty                   | 0        |          |          | Chleb żytni pełnoziarnisty               | 0        |          |          | Chleb żytni pełnoziarnisty                                      | 0        |          |          | 1,11        |
| Masło śmietankowe                        | 10        |          |          | Masło śmietankowe                                                           | 10       |          |          | Masło śmietankowe                            | 10       |          |          | Masło śmietankowe                        | 15       |          |          | Masło śmietankowe                                               | 0        |          |          | 7           |
| Dżem z czarnych porzeczek niskosłodzony  | 30        |          |          | Dżem z czarnych porzeczek niskosłodzony                                     | 0        |          |          | Dżem z czarnych porzeczek niskosłodzony      | 30       |          |          | Dżem z czarnych porzeczek niskosłodzony  | 30       |          |          | Dżem z czarnych porzeczek niskosłodzony                         | 30       |          |          | 12          |
| Poledwica z piersi kurczaka              | 0         |          |          | Poledwica z piersi kurczaka                                                 | 50       |          |          | Poledwica z piersi kurczaka                  | 0        |          |          | Poledwica z piersi kurczaka              | 0        |          |          | Poledwica z piersi kurczaka                                     | 0        |          |          | 7,5,9,10,12 |
| Jaja gotowane                            | 120       |          |          | Jaja gotowane                                                               | 120      |          |          | Jaja gotowane                                | 120      |          |          | Jaja gotowane                            | 120      |          |          | Jaja gotowane                                                   | 60       |          |          | 3           |
| Herbata, napar bez cukru                 | 250       |          |          | Herbata, napar bez cukru                                                    | 250      |          |          | Herbata, napar bez cukru                     | 250      |          |          | Herbata, napar bez cukru                 | 250      |          |          | Herbata, napar bez cukru                                        | 250      |          |          |             |
| Cytryna                                  | 5         |          |          | Cytryna                                                                     | 5        |          |          | Cytryna                                      | 0        |          |          | Cytryna                                  | 0        |          |          | Cytryna                                                         | 0        |          |          |             |
| Pomidor                                  | 100       |          |          | Pomidor                                                                     | 100      |          |          | Pomidor bez skórki                           | 100      |          |          | Pomidor bez skórki                       | 100      |          |          | Pomidor bez skórki                                              | 100      |          |          |             |
| Papryka czerwona                         | 50        |          |          | Papryka czerwona                                                            | 50       |          |          | Papryka czerwona                             | 0        |          |          | Papryka czerwona                         | 0        |          |          | Papryka czerwona                                                | 0        |          |          |             |
| Salata                                   | 0         |          |          | Salata                                                                      | 0        |          |          | Salata                                       | 15       |          |          | Salata                                   | 15       |          |          | Salata                                                          | 15       |          |          |             |
| II ŚNIADANIE                             |           |          |          | II ŚNIADANIE                                                                |          |          |          | II ŚNIADANIE                                 |          |          |          | II ŚNIADANIE                             |          |          |          | II ŚNIADANIE                                                    |          |          |          |             |
| Serek twarogowy homogenizowany naturalny | 150       |          |          | Serek twarogowy homogenizowany naturalny                                    | 150      |          |          | Serek twarogowy homogenizowany naturalny     | 150      |          |          | Serek twarogowy homogenizowany naturalny | 150      |          |          | Serek twarogowy homogenizowany naturalny                        | 150      |          |          | 7           |
| Banan                                    | 100       |          |          | Banan                                                                       | 100      |          |          | Banan                                        | 100      |          |          | Banan                                    | 100      |          |          | Banan                                                           | 100      |          |          |             |
| OBIAŁ                                    |           |          |          | OBIAŁ                                                                       |          |          |          | OBIAŁ                                        |          |          |          | OBIAŁ                                    |          |          |          | OBIAŁ                                                           |          |          |          |             |
| Krupnik z kaszy jęczmiennej I            | 300       |          |          | Krupnik z kaszy jęczmiennej I                                               | 300      |          |          | Krupnik z kaszy jęczmiennej I                | 300      |          |          | Krupnik z kaszy jęczmiennej I            | 300      |          |          | Krupnik z kaszy jęczmiennej I                                   | 300      |          |          | 1,9         |
| Kurczak gotowany w jarzynach             | 100       |          |          | Kurczak gotowany w jarzynach                                                | 100      |          |          | Kurczak gotowany w jarzynach                 | 100      |          |          | Kurczak gotowany w jarzynach             | 120      |          |          | Kurczak gotowany w jarzynach                                    | 100      |          |          |             |
| Sos pomidorowy                           | 30        |          |          | Sos pomidorowy                                                              | 30       |          |          | Sos pomidorowy                               | 120      |          |          | Sos pomidorowy                           | 30       |          |          | Sos pomidorowy                                                  | 0        |          |          | 1           |
| Ziemniaki późne                          | 200       |          |          | Ziemniaki późne                                                             | 200      |          |          | Ziemniaki późne                              | 200      |          |          | Ziemniaki późne                          | 200      |          |          | Ziemniaki późne                                                 | 200      |          |          |             |
| Brokuł gotowany                          | 100       |          |          | Brokuł gotowany                                                             | 100      |          |          | Brokuł gotowany                              | 100      |          |          | Brokuł gotowany                          | 100      |          |          | Brokuł gotowany                                                 | 100      |          |          |             |
| Kompot wielowarstwowy bez cukru          | 300       |          |          | Kompot wielowarstwowy bez cukru                                             | 300      |          |          | Kompot wielowarstwowy bez cukru              | 300      |          |          | Kompot wielowarstwowy bez cukru          | 300      |          |          | Kompot wielowarstwowy bez cukru                                 | 300      |          |          |             |
| PODWIECZOREK                             |           |          |          | PODWIECZOREK                                                                |          |          |          | PODWIECZOREK                                 |          |          |          | PODWIECZOREK                             |          |          |          | PODWIECZOREK                                                    |          |          |          |             |
| Kiwi                                     | 0         |          |          | Kiwi                                                                        | 0        |          |          | Kiwi                                         | 0        |          |          | Kiwi                                     | 70       |          |          | Kiwi                                                            | 0        |          |          |             |
| KOLACJA                                  |           |          |          | KOLACJA                                                                     |          |          |          | KOLACJA                                      |          |          |          | KOLACJA                                  |          |          |          | KOLACJA                                                         |          |          |          |             |
| Chleb pszenny                            | 30        |          |          | Chleb pszenny                                                               | 0        |          |          | Chleb pszenny                                | 130      |          |          | Chleb pszenny                            | 100      |          |          | Chleb pszenny                                                   | 130      |          |          | 1           |
| Chleb żytni pełnoziarnisty               | 50        |          |          | Chleb żytni pełnoziarnisty                                                  | 130      |          |          | Chleb żytni pełnoziarnisty                   | 0        |          |          | Chleb żytni pełnoziarnisty               | 0        |          |          | Chleb żytni pełnoziarnisty                                      | 0        |          |          | 1,11        |
| Masło śmietankowe                        | 10        |          |          | Masło śmietankowe                                                           | 10       |          |          | Masło śmietankowe                            | 10       |          |          | Masło śmietankowe                        | 15       |          |          | Masło śmietankowe                                               | 0        |          |          | 7           |
| Poledwica drobiowa                       | 50        |          |          | Poledwica drobiowa                                                          | 50       |          |          | Poledwica drobiowa                           | 50       |          |          | Poledwica drobiowa                       | 50       |          |          | Poledwica drobiowa                                              | 50       |          |          | 7,8,9,10    |
| Ser twarogowy chudy                      | 50        |          |          | Ser twarogowy chudy                                                         | 100      |          |          | Ser twarogowy chudy                          | 50       |          |          | Ser twarogowy chudy                      | 100      |          |          | Ser twarogowy chudy                                             | 50       |          |          | 7           |
| Cytryna                                  | 5         |          |          | Cytryna                                                                     | 5        |          |          | Cytryna                                      | 0        |          |          | Cytryna                                  | 0        |          |          | Cytryna                                                         | 0        |          |          |             |
| Pomidor                                  | 50        |          |          | Pomidor                                                                     | 50       |          |          | Pomidor bez skórki                           | 50       |          |          | Pomidor bez skórki                       | 50       |          |          | Pomidor bez skórki                                              | 50       |          |          |             |
| Herbata, napar bez cukru                 | 250       |          |          | Herbata, napar bez cukru                                                    | 250      |          |          | Herbata, napar bez cukru                     | 250      |          |          | Herbata, napar bez cukru                 | 250      |          |          | Herbata, napar bez cukru                                        | 250      |          |          |             |
| WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW              |           |          |          |                                                                             |          |          |          |                                              |          |          |          |                                          |          |          |          |                                                                 |          |          |          |             |
|                                          | Ś         | H        | O        | K                                                                           | RAZEM    |          |          | Ś                                            | H        | O        | K        | RAZEM                                    |          |          |          | Ś                                                               | H        | O        | K        | RAZEM       |
| Procentowy rachunek energii              | 36,783915 | 12,45891 | 27,86698 | 22,88818                                                                    | 100      | 29,5207  | 13,56169 | 26,54028                                     | 26,57433 | 100      | 36,08578 | 12,37577                                 | 28,78557 | 22,93101 | 100      | 31,7011                                                         | 12,75188 | 26,44155 | 1,908564 | 34,21491    |
| Energia kJ                               | 1 245,30  | 1 093,50 | 2 456,40 | 2 021,20                                                                    | 8 816,40 | 2 398,90 | 1 093,50 | 2 456,40                                     | 2 166,70 | 8 109,50 | 3 329,25 | 1 093,50                                 | 2 580,60 | 2 056,10 | 8 959,45 | 3 229,25                                                        | 1 093,50 | 1 948,40 | 163,80   | 2 089,55    |
| Energia kcal                             | 772,10    | 261,50   | 584,90   | 480,40                                                                      | 2 098,90 | 569,10   | 261,50   | 584,90                                       | 512,30   | 1 927,80 | 769,40   | 261,50                                   | 614,60   | 489,60   | 2 135,10 | 651,15                                                          | 261,50   | 464,70   | 39,20    | 2 053,90    |
| Tłuszcz                                  | 24,10     | 11,55    | 12,02    | 10,84                                                                       | 58,50    | 19,75    | 11,55    | 12,02                                        | 11,33    | 54,64    | 23,71    | 11,55                                    | 13,28    | 10,67    | 59,21    | 23,97                                                           | 11,55    | 13,30    | 0,35     | 14,18       |
| Kw. nasycone                             | 10,39     | 7,47     | 2,76     | 5,82                                                                        | 26,44    | 8,36     | 7,47     | 2,76                                         | 6,01     | 24,60    | 10,31    | 7,47                                     | 3,48     | 5,79     | 27,05    | 10,99                                                           | 7,35     | 3,09     | 0,08     | 8,19        |
| Węglowodany                              | 114,26    | 27,70    | 101,42   | 71,19                                                                       | 314,56   | 63,60    | 27,70    | 101,42                                       | 62,30    | 255,01   | 117,57   | 27,70                                    | 105,56   | 77,36    | 328,19   | 93,47                                                           | 27,70    | 102,34   | 9,73     | 62,37       |
| Cukry                                    | 27,57     | 23,70    | 15,39    | 6,76                                                                        | 73,41    | 11,28    | 23,70    | 15,39                                        | 11,18    | 61,54    | 23,50    | 23,70                                    | 15,66    | 4,71     | 67,57    | 15,90                                                           | 23,70    | 15,65    | 8,05     | 6,22        |
| Białko                                   | 30,92     | 13,60    | 27,01    | 19,54                                                                       | 90,99    | 31,58    | 13,60    | 27,01                                        | 28,72    | 106,33   | 30,89    | 13,60                                    | 28,02    | 19,95    | 91,86    | 23,81                                                           | 13,60    | 28,55    | 0,61     | 27,62       |
| Sól                                      | 2,09      | 0,15     | 0,97     | 1,64                                                                        | 4,86     | 2,30     | 0,15     | 0,97                                         | 1,60     | 5,62     | 2,09     | 0,15                                     | 1,75     | 1,64     | 5,63     | 1,59                                                            | 0,15     | 0,99     | 2,80     | 1,57        |
| Błonnik                                  | 11,86     | 1,70     | 19,15    | 7,35                                                                        | 40,86    | 10,23    | 1,70     | 19,15                                        | 8,63     | 39,71    | 10,17    | 1,70                                     | 20,50    | 0,60     | 32,97    | 8,82                                                            | 1,70     | 19,49    | 0,08     | 8,10        |

Legenda: Alergeny występujące w produktach:

1. zboża zawierające gluten 2. skorupiaki i produkty pochodne, 3. jaja, 4. ryby 5. orzechy ziemne 6. soja, 7. mleko, 8. orzechy, 9. seler, 10. gorczyca, 11. nasiona sezamu, 12. dwutlenek siarki, 13. lubin, 14. mączczaki  
Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby sporządzającej

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis

29.12.2025. chept

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 12.01.2026

2 dzień poniedziałek

| DIETA PODSTAWOWA (1)                              |     |  |  |  | DIETA CUKRZYCOWA-DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRYSYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6) |     |  |  |  | DIETA LATWOŚTRAWNA I DIETA PAPEKOWATA (2) i (12)  |     |  |  |  | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (9)                                   |     |  |  |  | DIETA WĄTROBOWA- DIETA LATWOŚTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (5) |     |  |  |  | ALERGENY                                   |  |  |  |  |  |
|---------------------------------------------------|-----|--|--|--|------------------------------------------------------------------------------|-----|--|--|--|---------------------------------------------------|-----|--|--|--|------------------------------------------------------------|-----|--|--|--|------------------------------------------------------------------|-----|--|--|--|--------------------------------------------|--|--|--|--|--|
| Ilość g/ml                                        |     |  |  |  | Ilość g/ml                                                                   |     |  |  |  | Ilość g/ml                                        |     |  |  |  | Ilość g/ml                                                 |     |  |  |  | Ilość g/ml                                                       |     |  |  |  |                                            |  |  |  |  |  |
| Chrupki kukurydziane                              | 30  |  |  |  | Chrupki kukurydziane                                                         | 0   |  |  |  | Chrupki kukurydziane                              | 30  |  |  |  | Chrupki kukurydziane                                       | 30  |  |  |  | Chrupki kukurydziane                                             | 30  |  |  |  | 1                                          |  |  |  |  |  |
| Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu                    | 150 |  |  |  | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu                                               | 0   |  |  |  | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu                    | 150 |  |  |  | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu                             | 0   |  |  |  | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu                                   | 150 |  |  |  | 7                                          |  |  |  |  |  |
| Chleb pszenny                                     | 60  |  |  |  | Chleb pszenny                                                                | 0   |  |  |  | Chleb pszenny                                     | 60  |  |  |  | Chleb pszenny                                              | 60  |  |  |  | Chleb pszenny                                                    | 130 |  |  |  | 1                                          |  |  |  |  |  |
| Chleb żytni pełnoziarnisty                        | 30  |  |  |  | Chleb żytni pełnoziarnisty                                                   | 90  |  |  |  | Chleb żytni pełnoziarnisty                        | 0   |  |  |  | Chleb żytni pełnoziarnisty                                 | 0   |  |  |  | Chleb żytni pełnoziarnisty                                       | 0   |  |  |  | 1,11                                       |  |  |  |  |  |
| Masło śmietankowe                                 | 10  |  |  |  | Masło śmietankowe                                                            | 10  |  |  |  | Masło śmietankowe                                 | 10  |  |  |  | Masło śmietankowe                                          | 15  |  |  |  | Masło śmietankowe                                                | 0   |  |  |  | 7                                          |  |  |  |  |  |
| Serek twarogowy z ziołami                         | 60  |  |  |  | Serek twarogowy z ziołami                                                    | 60  |  |  |  | Serek twarogowy z ziołami                         | 60  |  |  |  | Serek twarogowy z ziołami                                  | 60  |  |  |  | Serek twarogowy z ziołami                                        | 60  |  |  |  | 7                                          |  |  |  |  |  |
| Kiełbasa szynkowa                                 | 40  |  |  |  | Kiełbasa szynkowa                                                            | 40  |  |  |  | Kiełbasa szynkowa                                 | 40  |  |  |  | Kiełbasa szynkowa                                          | 40  |  |  |  | Kiełbasa szynkowa                                                | 40  |  |  |  | 7,8,9,10                                   |  |  |  |  |  |
| Herbata, napar bez cukru                          | 250 |  |  |  | Herbata, napar bez cukru                                                     | 250 |  |  |  | Herbata, napar bez cukru                          | 250 |  |  |  | Herbata, napar bez cukru                                   | 250 |  |  |  | Herbata, napar bez cukru                                         | 250 |  |  |  |                                            |  |  |  |  |  |
| Cytryna                                           | 5   |  |  |  | Cytryna                                                                      | 5   |  |  |  | Cytryna                                           | 0   |  |  |  | Cytryna                                                    | 0   |  |  |  | Cytryna                                                          | 0   |  |  |  |                                            |  |  |  |  |  |
| Pomidor                                           | 50  |  |  |  | Pomidor                                                                      | 50  |  |  |  | Pomidor bez skórki                                | 100 |  |  |  | Pomidor bez skórki                                         | 100 |  |  |  | Pomidor bez skórki                                               | 100 |  |  |  |                                            |  |  |  |  |  |
| Papryka czerwona                                  | 50  |  |  |  | Papryka czerwona                                                             | 50  |  |  |  | Papryka czerwona                                  | 0   |  |  |  | Papryka czerwona                                           | 0   |  |  |  | Papryka czerwona                                                 | 0   |  |  |  |                                            |  |  |  |  |  |
| Salata                                            | 0   |  |  |  | Salata                                                                       | 0   |  |  |  | Salata                                            | 15  |  |  |  | Salata                                                     | 15  |  |  |  | Salata                                                           | 15  |  |  |  |                                            |  |  |  |  |  |
| II ŚNIADANIE                                      |     |  |  |  | II ŚNIADANIE                                                                 |     |  |  |  | II ŚNIADANIE                                      |     |  |  |  | II ŚNIADANIE                                               |     |  |  |  | II ŚNIADANIE                                                     |     |  |  |  |                                            |  |  |  |  |  |
| Jogurt naturalny 2% tłuszczu                      | 150 |  |  |  | Jogurt naturalny 2% tłuszczu                                                 | 150 |  |  |  | Jogurt naturalny 2% tłuszczu                      | 150 |  |  |  | Jogurt naturalny 2% tłuszczu                               | 150 |  |  |  | Jogurt naturalny 2% tłuszczu                                     | 150 |  |  |  | 7                                          |  |  |  |  |  |
| Jabłko pieczone                                   | 100 |  |  |  | Jabłko pieczone                                                              | 100 |  |  |  | Jabłko pieczone                                   | 100 |  |  |  | Jabłko pieczone                                            | 100 |  |  |  | Jabłko pieczone                                                  | 100 |  |  |  |                                            |  |  |  |  |  |
| OBIAD                                             |     |  |  |  | OBIAD                                                                        |     |  |  |  | OBIAD                                             |     |  |  |  | OBIAD                                                      |     |  |  |  | OBIAD                                                            |     |  |  |  |                                            |  |  |  |  |  |
| Zupa chłopska z zacierką                          | 300 |  |  |  | Zupa chłopska z zacierką                                                     | 300 |  |  |  | Zupa chłopska z zacierką                          | 300 |  |  |  | Zupa chłopska z zacierką                                   | 300 |  |  |  | Zupa chłopska z zacierką                                         | 300 |  |  |  | 1,7,9                                      |  |  |  |  |  |
| Gulasz wieprzowy                                  | 100 |  |  |  | Gulasz wieprzowy                                                             | 100 |  |  |  | Gulasz wieprzowy                                  | 100 |  |  |  | Gulasz wieprzowy                                           | 120 |  |  |  | Gulasz wieprzowy                                                 | 100 |  |  |  | 1,6                                        |  |  |  |  |  |
| Kasza jęczmienna gotowana                         | 280 |  |  |  | Kasza jęczmienna gotowana                                                    | 280 |  |  |  | Kasza jęczmienna gotowana                         | 280 |  |  |  | Kasza jęczmienna gotowana                                  | 280 |  |  |  | Kasza jęczmienna gotowana                                        | 280 |  |  |  | 1                                          |  |  |  |  |  |
| Sarówka z selera, jabłek i marchwi                | 150 |  |  |  | Sarówka z selera, jabłek i marchwi                                           | 150 |  |  |  | Sarówka z selera, jabłek i marchwi                | 150 |  |  |  | Sarówka z selera, jabłek i marchwi                         | 150 |  |  |  | Sarówka z selera, jabłek i marchwi                               | 150 |  |  |  | 12                                         |  |  |  |  |  |
| Kompost z jabłek bez cukru                        | 300 |  |  |  | Kompost z jabłek bez cukru                                                   | 300 |  |  |  | Kompost z jabłek bez cukru                        | 300 |  |  |  | Kompost z jabłek bez cukru                                 | 300 |  |  |  | Kompost z jabłek bez cukru                                       | 300 |  |  |  |                                            |  |  |  |  |  |
| PODWIECZOREK                                      |     |  |  |  | PODWIECZOREK                                                                 |     |  |  |  | PODWIECZOREK                                      |     |  |  |  | PODWIECZOREK                                               |     |  |  |  | PODWIECZOREK                                                     |     |  |  |  |                                            |  |  |  |  |  |
| Butka maślana                                     | 0   |  |  |  | Butka maślana                                                                | 0   |  |  |  | Butka maślana                                     | 0   |  |  |  | Butka maślana                                              | 50  |  |  |  | Butka maślana                                                    | 0   |  |  |  | 1,7                                        |  |  |  |  |  |
| KOLACJA                                           |     |  |  |  | KOLACJA                                                                      |     |  |  |  | KOLACJA                                           |     |  |  |  | KOLACJA                                                    |     |  |  |  | KOLACJA                                                          |     |  |  |  |                                            |  |  |  |  |  |
| Chleb pszenny                                     | 80  |  |  |  | Chleb pszenny                                                                | 0   |  |  |  | Chleb pszenny                                     | 130 |  |  |  | Chleb pszenny                                              | 100 |  |  |  | Chleb pszenny                                                    | 130 |  |  |  | 1                                          |  |  |  |  |  |
| Chleb żytni pełnoziarnisty                        | 50  |  |  |  | Chleb żytni pełnoziarnisty                                                   | 130 |  |  |  | Chleb żytni pełnoziarnisty                        | 0   |  |  |  | Chleb żytni pełnoziarnisty                                 | 0   |  |  |  | Chleb żytni pełnoziarnisty                                       | 0   |  |  |  | 1,11                                       |  |  |  |  |  |
| Masło śmietankowe                                 | 10  |  |  |  | Masło śmietankowe                                                            | 10  |  |  |  | Masło śmietankowe                                 | 10  |  |  |  | Masło śmietankowe                                          | 15  |  |  |  | Masło śmietankowe                                                | 0   |  |  |  | 7                                          |  |  |  |  |  |
| Szynkówka wieprzowa                               | 50  |  |  |  | Szynkówka wieprzowa                                                          | 50  |  |  |  | Szynkówka wieprzowa                               | 50  |  |  |  | Szynkówka wieprzowa                                        | 50  |  |  |  | Szynkówka wieprzowa                                              | 50  |  |  |  | 7,8,9,10                                   |  |  |  |  |  |
| Serek twarogowy zmiasty                           | 50  |  |  |  | Serek twarogowy zmiasty                                                      | 50  |  |  |  | Serek twarogowy zmiasty                           | 100 |  |  |  | Serek twarogowy zmiasty                                    | 100 |  |  |  | Serek twarogowy zmiasty                                          | 50  |  |  |  | 7                                          |  |  |  |  |  |
| Cytryna                                           | 5   |  |  |  | Cytryna                                                                      | 5   |  |  |  | Cytryna                                           | 0   |  |  |  | Cytryna                                                    | 0   |  |  |  | Cytryna                                                          | 0   |  |  |  |                                            |  |  |  |  |  |
| Papryka czerwona                                  | 100 |  |  |  | Papryka czerwona                                                             | 100 |  |  |  | Pomidor bez skórki                                | 100 |  |  |  | Pomidor bez skórki                                         | 100 |  |  |  | Pomidor bez skórki                                               | 100 |  |  |  |                                            |  |  |  |  |  |
| Herbata, napar bez cukru                          | 250 |  |  |  | Herbata, napar bez cukru                                                     | 250 |  |  |  | Herbata, napar bez cukru                          | 250 |  |  |  | Herbata, napar bez cukru                                   | 250 |  |  |  | Herbata, napar bez cukru                                         | 250 |  |  |  |                                            |  |  |  |  |  |
| WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW                       |     |  |  |  |                                                                              |     |  |  |  |                                                   |     |  |  |  |                                                            |     |  |  |  |                                                                  |     |  |  |  |                                            |  |  |  |  |  |
| <i>S</i> <i>II</i> <i>O</i> <i>K</i> <i>RAZEM</i> |     |  |  |  | <i>S</i> <i>II</i> <i>O</i> <i>K</i> <i>RAZEM</i>                            |     |  |  |  | <i>S</i> <i>II</i> <i>O</i> <i>K</i> <i>RAZEM</i> |     |  |  |  | <i>S</i> <i>II</i> <i>O</i> <i>P</i> <i>K</i> <i>RAZEM</i> |     |  |  |  | <i>S</i> <i>II</i> <i>O</i> <i>K</i> <i>RAZEM</i>                |     |  |  |  |                                            |  |  |  |  |  |
| Procentowy rozkład energii                        |     |  |  |  | 28,83824 7,927569 39,22197 24,01663 100                                      |     |  |  |  | 22,66476 8,70807 43,08352 25,54366 100            |     |  |  |  | 28,27425 7,769951 38,437699 25,519 100                     |     |  |  |  | 23,02208 7,608199 33,31813 6,776701 23,2548954 100               |     |  |  |  | 36,78881 8,051742 39,81633 21,32612 100    |  |  |  |  |  |
| Energia kJ                                        |     |  |  |  | 2 811,30 770,50 3 803,50 2 332,20 9 718,00                                   |     |  |  |  | 2 021,60 770,50 3 803,50 2 264,20 8 859,80        |     |  |  |  | 2 810,75 770,50 3 803,50 2 324,10 9 908,85                 |     |  |  |  | 2 810,75 770,50 3 803,50 2 324,10 9 908,85                       |     |  |  |  | 2 952,25 770,50 3 138,50 2 036,40 8 917,65 |  |  |  |  |  |
| Energia kcal                                      |     |  |  |  | 669,60 183,00 905,40 554,40 2 308,40                                         |     |  |  |  | 476,30 183,00 905,40 536,80 2 101,50              |     |  |  |  | 669,60 183,00 905,40 554,40 2 308,40                       |     |  |  |  | 669,60 183,00 905,40 554,40 2 308,40                             |     |  |  |  | 699,70 183,00 905,40 554,40 2 308,40       |  |  |  |  |  |
| Tłuszcz                                           |     |  |  |  | 27,02 4,60 18,69 19,34 69,64                                                 |     |  |  |  | 24,05 4,60 18,69 19,58 66,91                      |     |  |  |  | 24,05 4,60 18,69 19,58 66,91                               |     |  |  |  | 24,05 4,60 18,69 19,58 66,91                                     |     |  |  |  | 24,05 4,60 18,69 19,58 66,91               |  |  |  |  |  |
| Kw. nasycone                                      |     |  |  |  | 16,40 2,69 5,62 9,26 33,96                                                   |     |  |  |  | 14,84 2,69 5,62 9,31 32,45                        |     |  |  |  | 14,84 2,69 5,62 9,31 32,45                                 |     |  |  |  | 14,84 2,69 5,62 9,31 32,45                                       |     |  |  |  | 14,84 2,69 5,62 9,31 32,45                 |  |  |  |  |  |
| Węglowodany                                       |     |  |  |  | 86,41 30,10 172,31 75,69 364,50                                              |     |  |  |  | 47,26 30,10 172,31 65,05 314,71                   |     |  |  |  | 47,26 30,10 172,31 65,05 314,71                            |     |  |  |  | 47,26 30,10 172,31 65,05 314,71                                  |     |  |  |  | 47,26 30,10 172,31 65,05 314,71            |  |  |  |  |  |
| Cukry                                             |     |  |  |  | 15,38 19,70 29,76 10,31 75,15                                                |     |  |  |  | 9,79 19,70 29,76 12,98 72,23                      |     |  |  |  | 9,79 19,70 29,76 12,98 72,23                               |     |  |  |  | 9,79 19,70 29,76 12,98 72,23                                     |     |  |  |  | 9,79 19,70 29,76 12,98 72,23               |  |  |  |  |  |
| Białko                                            |     |  |  |  | 24,52 6,75 21,06 23,04 75,37                                                 |     |  |  |  | 16,21 6,75 21,06 22,32 66,34                      |     |  |  |  | 16,21 6,75 21,06 22,32 66,34                               |     |  |  |  | 16,21 6,75 21,06 22,32 66,34                                     |     |  |  |  | 16,21 6,75 21,06 22,32 66,34               |  |  |  |  |  |
| Sól                                               |     |  |  |  | 2,48 0,24 1,13 1,28 7,13                                                     |     |  |  |  | 2,30 0,24 1,13 1,28 6,95                          |     |  |  |  | 2,49 0,24 1,13 1,28 7,16                                   |     |  |  |  | 2,49 0,24 1,13 1,28 7,16                                         |     |  |  |  | 2,49 0,24 1,13 1,28 7,16                   |  |  |  |  |  |
| Błonnik                                           |     |  |  |  | 8,51 1,60 21,89 8,75 40,75                                                   |     |  |  |  | 7,19 1,60 21,89 10,03 40,71                       |     |  |  |  | 7,74 1,60 21,89 1,20 32,43                                 |     |  |  |  | 6,19 1,60 21,95 0,81 38,85                                       |     |  |  |  | 6,19 1,60 21,95 0,81 38,85                 |  |  |  |  |  |

Legenda: Alergeny występujące w produktach:

1. zboża zawierające gluten 2. skorupki i produkty pochodne, 3. jaj, 4. ryby 5. orzeszki ziemne 6. soja, 7. mleko, 8. orzechy, 9. seler, 10. gorczyca, 11. nasiona sezamu, 12. dwulicne siarki, 13. łubin, 14. mięczaki  
Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby sprządzającej

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby sprządzającej

28.12.2025  
Magdalena Kwiatkowska  
Dietetyk  
Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

| DIETA PODSTAWOWA (1)             |            |  |  |  | DIETA CUKRZYCOWA-DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSYMAJALNYCH WĘGŁOWODANÓW (6) |            |  |  |  | DIETA ŁATWOSTRAWNA I DIETA PAKOWATA (2) i (12) |            |  |  |  | DIETA BOGATORIAŁKOWA (9)         |            |  |  |  | DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (5) |            |  |  |  | ALERGENY                    |  |  |  |  |
|----------------------------------|------------|--|--|--|------------------------------------------------------------------------------|------------|--|--|--|------------------------------------------------|------------|--|--|--|----------------------------------|------------|--|--|--|------------------------------------------------------------------|------------|--|--|--|-----------------------------|--|--|--|--|
|                                  | Ilość g/ml |  |  |  |                                                                              | Ilość g/ml |  |  |  |                                                | Ilość g/ml |  |  |  |                                  | Ilość g/ml |  |  |  |                                                                  | Ilość g/ml |  |  |  |                             |  |  |  |  |
| Kasza jaglana                    | 30         |  |  |  | Kasza jaglana                                                                | 0          |  |  |  | Kasza jaglana                                  | 30         |  |  |  | Kasza jaglana                    | 30         |  |  |  | Kasza jaglana                                                    | 30         |  |  |  | 1                           |  |  |  |  |
| Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu   | 150        |  |  |  | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu                                               | 0          |  |  |  | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu                 | 150        |  |  |  | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu   | 150        |  |  |  | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu                                   | 150        |  |  |  | 7                           |  |  |  |  |
| Chleb pszenny                    | 60         |  |  |  | Chleb pszenny                                                                | 0          |  |  |  | Chleb pszenny                                  | 90         |  |  |  | Chleb pszenny                    | 90         |  |  |  | Chleb pszenny                                                    | 90         |  |  |  | 1                           |  |  |  |  |
| Chleb żytni pełnoziarnisty       | 30         |  |  |  | Chleb żytni pełnoziarnisty                                                   | 90         |  |  |  | Chleb żytni pełnoziarnisty                     | 0          |  |  |  | Chleb żytni pełnoziarnisty       | 0          |  |  |  | Chleb żytni pełnoziarnisty                                       | 0          |  |  |  | 1,11                        |  |  |  |  |
| Masło śmietankowe                | 10         |  |  |  | Masło śmietankowe                                                            | 10         |  |  |  | Masło śmietankowe                              | 10         |  |  |  | Masło śmietankowe                | 15         |  |  |  | Masło śmietankowe                                                | 0          |  |  |  | 7                           |  |  |  |  |
| Jajecznicza na parze             | 120        |  |  |  | Jajecznicza na parze                                                         | 120        |  |  |  | Jajecznicza na parze                           | 120        |  |  |  | Jajecznicza na parze             | 120        |  |  |  | Jajecznicza na parze                                             | 80         |  |  |  | 3                           |  |  |  |  |
| Baton z kurczaka                 | 40         |  |  |  | Baton z kurczaka                                                             | 80         |  |  |  | Baton z kurczaka                               | 40         |  |  |  | Baton z kurczaka                 | 40         |  |  |  | Baton z kurczaka                                                 | 80         |  |  |  | 7,8,9,10                    |  |  |  |  |
| Herbata, napar bez cukru         | 250        |  |  |  | Herbata, napar bez cukru                                                     | 250        |  |  |  | Herbata, napar bez cukru                       | 250        |  |  |  | Herbata, napar bez cukru         | 250        |  |  |  | Herbata, napar bez cukru                                         | 250        |  |  |  |                             |  |  |  |  |
| Cytryna                          | 5          |  |  |  | Cytryna                                                                      | 5          |  |  |  | Cytryna                                        | 0          |  |  |  | Cytryna                          | 0          |  |  |  | Cytryna                                                          | 0          |  |  |  |                             |  |  |  |  |
| Rzodkiewka                       | 50         |  |  |  | Rzodkiewka                                                                   | 50         |  |  |  | Rzodkiewka                                     | 0          |  |  |  | Rzodkiewka                       | 0          |  |  |  | Rzodkiewka                                                       | 0          |  |  |  |                             |  |  |  |  |
| Pomidor                          | 100        |  |  |  | Pomidor                                                                      | 100        |  |  |  | Pomidor bez skórki                             | 100        |  |  |  | Pomidor bez skórki               | 100        |  |  |  | Pomidor bez skórki                                               | 100        |  |  |  |                             |  |  |  |  |
| II ŚNIADANIE                     |            |  |  |  | II ŚNIADANIE                                                                 |            |  |  |  | II ŚNIADANIE                                   |            |  |  |  | II ŚNIADANIE                     |            |  |  |  | II ŚNIADANIE                                                     |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
| Deser ryżowy jabłkowy bez cukru  | 150        |  |  |  | Deser ryżowy jabłkowy bez cukru                                              | 150        |  |  |  | Deser ryżowy jabłkowy bez cukru                | 150        |  |  |  | Deser ryżowy jabłkowy bez cukru  | 150        |  |  |  | Deser ryżowy jabłkowy bez cukru                                  | 150        |  |  |  | 1,7                         |  |  |  |  |
| Jogurt naturalny 2% tłuszczu     | 60         |  |  |  | Jogurt naturalny 2% tłuszczu                                                 | 60         |  |  |  | Jogurt naturalny 2% tłuszczu                   | 60         |  |  |  | Jogurt naturalny 2% tłuszczu     | 60         |  |  |  | Jogurt naturalny 2% tłuszczu                                     | 60         |  |  |  | 7                           |  |  |  |  |
| OBIAD                            |            |  |  |  | OBIAD                                                                        |            |  |  |  | OBIAD                                          |            |  |  |  | OBIAD                            |            |  |  |  | OBIAD                                                            |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
| Zupa z soczewicy czerwonej       | 300        |  |  |  | Zupa z soczewicy czerwonej                                                   | 300        |  |  |  | Zupa koperkowa                                 | 300        |  |  |  | Zupa koperkowa                   | 300        |  |  |  | Zupa koperkowa                                                   | 300        |  |  |  | 7                           |  |  |  |  |
| Kotlet mielony wieprzowy duszony | 100        |  |  |  | Kotlet mielony wieprzowy duszony                                             | 100        |  |  |  | Kotlet mielony wieprzowy duszony               | 100        |  |  |  | Kotlet mielony wieprzowy duszony | 100        |  |  |  | Kotlet mielony wieprzowy duszony                                 | 100        |  |  |  | 1                           |  |  |  |  |
| Ziemniaki późne                  | 300        |  |  |  | Ziemniaki późne                                                              | 300        |  |  |  | Ziemniaki późne                                | 300        |  |  |  | Ziemniaki późne                  | 300        |  |  |  | Ziemniaki późne                                                  | 300        |  |  |  |                             |  |  |  |  |
| Buraki czerwone gotowane z oliwą | 150        |  |  |  | Buraki czerwone gotowane z oliwą                                             | 150        |  |  |  | Buraki czerwone gotowane z oliwą               | 150        |  |  |  | Buraki czerwone gotowane z oliwą | 150        |  |  |  | Buraki czerwone gotowane z oliwą                                 | 150        |  |  |  | 9                           |  |  |  |  |
| Woda niegazowana                 | 250        |  |  |  | Woda niegazowana                                                             | 250        |  |  |  | Woda niegazowana                               | 250        |  |  |  | Woda niegazowana                 | 250        |  |  |  | Woda niegazowana                                                 | 250        |  |  |  |                             |  |  |  |  |
| PODWIECZOREK                     |            |  |  |  | PODWIECZOREK                                                                 |            |  |  |  | PODWIECZOREK                                   |            |  |  |  | PODWIECZOREK                     |            |  |  |  | PODWIECZOREK                                                     |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
| Galełka bez cukru                | 0          |  |  |  | Galełka bez cukru                                                            | 0          |  |  |  | Galełka bez cukru                              | 0          |  |  |  | Galełka bez cukru                | 120        |  |  |  | Galełka bez cukru                                                | 0          |  |  |  | 10                          |  |  |  |  |
| KOLACJA                          |            |  |  |  | KOLACJA                                                                      |            |  |  |  | KOLACJA                                        |            |  |  |  | KOLACJA                          |            |  |  |  | KOLACJA                                                          |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
| Chleb pszenny                    | 80         |  |  |  | Chleb pszenny                                                                | 0          |  |  |  | Chleb pszenny                                  | 130        |  |  |  | Chleb pszenny                    | 130        |  |  |  | Chleb pszenny                                                    | 130        |  |  |  | 1                           |  |  |  |  |
| Chleb żytni pełnoziarnisty       | 50         |  |  |  | Chleb żytni pełnoziarnisty                                                   | 130        |  |  |  | Chleb żytni pełnoziarnisty                     | 0          |  |  |  | Chleb żytni pełnoziarnisty       | 0          |  |  |  | Chleb żytni pełnoziarnisty                                       | 0          |  |  |  | 1,11                        |  |  |  |  |
| Masło śmietankowe                | 10         |  |  |  | Masło śmietankowe                                                            | 10         |  |  |  | Masło śmietankowe                              | 0          |  |  |  | Masło śmietankowe                | 15         |  |  |  | Masło śmietankowe                                                | 0          |  |  |  | 7                           |  |  |  |  |
| Mielonka drobiowa                | 40         |  |  |  | Mielonka drobiowa                                                            | 80         |  |  |  | Mielonka drobiowa                              | 40         |  |  |  | Mielonka drobiowa                | 40         |  |  |  | Mielonka drobiowa                                                | 0          |  |  |  | 7,8,9,10                    |  |  |  |  |
| Ser twarogowy chudy              | 60         |  |  |  | Ser twarogowy chudy                                                          | 100        |  |  |  | Ser twarogowy chudy                            | 60         |  |  |  | Ser twarogowy chudy              | 100        |  |  |  | Ser twarogowy chudy                                              | 100        |  |  |  | 7                           |  |  |  |  |
| Pomidor                          | 100        |  |  |  | Pomidor                                                                      | 100        |  |  |  | Pomidor bez skórki                             | 100        |  |  |  | Pomidor bez skórki               | 100        |  |  |  | Pomidor bez skórki                                               | 100        |  |  |  |                             |  |  |  |  |
| Herbata, napar bez cukru         | 250        |  |  |  | Herbata, napar bez cukru                                                     | 250        |  |  |  | Herbata, napar bez cukru                       | 250        |  |  |  | Herbata, napar bez cukru         | 250        |  |  |  | Herbata, napar bez cukru                                         | 250        |  |  |  |                             |  |  |  |  |
| Cytryna                          | 5          |  |  |  | Cytryna                                                                      | 5          |  |  |  | Cytryna                                        | 0          |  |  |  | Cytryna                          | 0          |  |  |  | Cytryna                                                          | 0          |  |  |  |                             |  |  |  |  |
| Salata                           | 35         |  |  |  | Salata                                                                       | 35         |  |  |  | Salata                                         | 35         |  |  |  | Salata                           | 35         |  |  |  | Salata                                                           | 35         |  |  |  |                             |  |  |  |  |
| WARTOŚCI ODWZEMNE PRODUKTÓW      |            |  |  |  | WARTOŚCI ODWZEMNE PRODUKTÓW                                                  |            |  |  |  | WARTOŚCI ODWZEMNE PRODUKTÓW                    |            |  |  |  | WARTOŚCI ODWZEMNE PRODUKTÓW      |            |  |  |  | WARTOŚCI ODWZEMNE PRODUKTÓW                                      |            |  |  |  | WARTOŚCI ODWZEMNE PRODUKTÓW |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |
|                                  |            |  |  |  |                                                                              |            |  |  |  |                                                |            |  |  |  |                                  |            |  |  |  |                                                                  |            |  |  |  |                             |  |  |  |  |

Legenda: Alergeny występujące w produktach:

1. zboża zawierające gluten 2. skorupki i produkty pochodne 3. jaja 4. ryby 5. orzeszki ziemne 6. soja 7. mleko 8. orzechy 9. seler 10. gorczyca 11. nasiona sezamu 12. dwutlenek siarki 13. łubin 14. mięczaki

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby sporządzającej

Podpis osoby zatwierdzającej Podp

 28.12.2025  
 Magdalena Kwiatkowska  
 Dietetyk  
 Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

| JADŁOSPIS DEKADOWY 14.01.2026 |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|-------------------------------|--|--|--|-------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|----------------------------------------------|--|--|--|--------------------------|--|--|--|-----------------------------------------------------------------|--|--|--|
| I dzień diety                 |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
| ŚNIADANIE                     |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
| DIETA PODSTAWOWA (1)          |  |  |  | DIETA CIKRZYCZOWA-DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (4) |  |  |  | DIETA ŁATWOSTRAWNA I DIETA PAKOWATA (2) (12) |  |  |  | DIETA BOGATOBIALKOWA (3) |  |  |  | DIETA WĄTROBOWA-DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (5) |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |
|                               |  |  |  |                                                                               |  |  |  |                                              |  |  |  |                          |  |  |  |                                                                 |  |  |  |

Legenda: Alergeny występujące w produktach:

1. zboża zawierające gluten 2. skorupiaki i produkty pochodne 3. jaja 4. ryby 5. orzeszki ziemne 6. soja 7. mleko 8. orzechy 9. seler 10. gorczyca 11. nasiona sezamu 12. dwutlenek siarki 13. lubin 14. miedzaki

Podpis osoby zatwierdzającej      Podpis osoby sporządzającej

Podpis osoby zatwierdzającej \_\_\_\_\_ Podpis os

Magdalena Kwiatkowska  
Dietetyk  
Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

Legenda: Alergeny występujące w produktach:

1. zboża zawierające gluten 2. skorupki i produkty pochodne, 3. jaja, 4. ryby 5. orzechy ziemne 6. soja, 7. mleko, 8. orzechy, 9. seler, 10. gorczyca, 11. nasiona sezamu, 12. dwutlenek siarki, 13. tulin, 14. mięczaki

Podpis osoby zatwierdzającej      Podr

Sept 28.12.2025.

Magdalena Kwiatkowska  
Dietetyk  
Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

| 7 dni robocze                                                         |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
|-----------------------------------------------------------------------|--|------------|--------------------------------------------------------------------------------|--|------------|------------------------------------------------|--|------------|----------------------------------------------|--|------------|-------------------------------------------------------------------|--|------------|----------|--|----------|
| ŚNIADANIE                                                             |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| DIETA PODSTAWOWA (1)                                                  |  |            | DIETA CUKRZYCOWA - DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6) |  |            | DIETA LATWOŚTRAWNA I DIETA PAKOWATA (2) i (12) |  |            | DIETA BOGATOBLATKOWA (9)                     |  |            | DIETA WĄTROBOWA - DIETA LATWOŚTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3) |  |            | ALERGENY |  |          |
|                                                                       |  | Ilość g/ml |                                                                                |  | Ilość g/ml |                                                |  | Ilość g/ml |                                              |  | Ilość g/ml |                                                                   |  | Ilość g/ml |          |  |          |
| Płatki jagiemione                                                     |  | 30         | Płatki jagiemione                                                              |  | 0          | Płatki jagiemione                              |  | 30         | Płatki jagiemione                            |  | 30         | Płatki jagiemione                                                 |  | 30         |          |  | 1        |
| Mleko spożywcze 2% tłuszczu                                           |  | 150        | Mleko spożywcze 2% tłuszczu                                                    |  | 0          | Mleko spożywcze 2% tłuszczu                    |  | 150        | Mleko spożywcze 2% tłuszczu                  |  | 150        | Mleko spożywcze 2% tłuszczu                                       |  | 150        |          |  | 7        |
| Chleb pszenny                                                         |  | 60         | Chleb pszenny                                                                  |  | 0          | Chleb pszenny                                  |  | 90         | Chleb pszenny                                |  | 90         | Chleb pszenny                                                     |  | 90         |          |  | 1        |
| Chleb żytni pełnoziarnisty                                            |  | 30         | Chleb żytni pełnoziarnisty                                                     |  | 90         | Chleb żytni pełnoziarnisty                     |  | 0          | Chleb żytni pełnoziarnisty                   |  | 0          | Chleb żytni pełnoziarnisty                                        |  | 0          |          |  | 1,11     |
| Masło śmietankowe                                                     |  | 10         | Masło śmietankowe                                                              |  | 10         | Masło śmietankowe                              |  | 10         | Masło śmietankowe                            |  | 15         | Masło śmietankowe                                                 |  | 0          |          |  | 7        |
| Kiełbasa tryklowa                                                     |  | 40         | Kiełbasa tryklowa                                                              |  | 40         | Kiełbasa tryklowa                              |  | 40         | Kiełbasa tryklowa                            |  | 0          | Kiełbasa tryklowa                                                 |  | 40         |          |  | 7,8,9,10 |
| Serek chudy jogurtowy                                                 |  | 60         | Serek chudy jogurtowy                                                          |  | 60         | Serek chudy jogurtowy                          |  | 60         | Serek chudy jogurtowy                        |  | 100        | Serek chudy jogurtowy                                             |  | 100        |          |  | 7        |
| Herbata, napar bez cukru                                              |  | 250        | Herbata, napar bez cukru                                                       |  | 250        | Herbata, napar bez cukru                       |  | 250        | Herbata, napar bez cukru                     |  | 250        | Herbata, napar bez cukru                                          |  | 250        |          |  |          |
| Cytryna                                                               |  | 5          | Cytryna                                                                        |  | 5          | Cytryna                                        |  | 0          | Cytryna                                      |  | 0          | Cytryna                                                           |  | 0          |          |  |          |
| Pomidor                                                               |  | 100        | Pomidor                                                                        |  | 100        | Pomidor bez skórki                             |  | 100        | Pomidor bez skórki                           |  | 100        | Pomidor bez skórki                                                |  | 100        |          |  |          |
| Salata                                                                |  | 35         | Salata                                                                         |  | 35         | Salata                                         |  | 35         | Salata                                       |  | 35         | Salata                                                            |  | 35         |          |  |          |
| II ŚNIADANIE                                                          |  |            | II ŚNIADANIE                                                                   |  |            | II ŚNIADANIE                                   |  |            | II ŚNIADANIE                                 |  |            | II ŚNIADANIE                                                      |  |            |          |  |          |
| Jogurt naturalny 2% tłuszczu                                          |  | 150        | Jogurt naturalny 2% tłuszczu                                                   |  | 150        | Jogurt naturalny 2% tłuszczu                   |  | 150        | Jogurt naturalny 2% tłuszczu                 |  | 250        | Jogurt naturalny 2% tłuszczu                                      |  | 150        |          |  | 7        |
| Jabłko                                                                |  | 100        | Jabłko                                                                         |  | 50         | Jabłko pieczone                                |  | 100        | Jabłko pieczone                              |  | 100        | Jabłko pieczone                                                   |  | 100        |          |  |          |
| OBIAŁ                                                                 |  |            | OBIAŁ                                                                          |  |            | OBIAŁ                                          |  |            | OBIAŁ                                        |  |            | OBIAŁ                                                             |  |            |          |  |          |
| Zupa z zielonego groszku                                              |  | 300        | Zupa z zielonego groszku                                                       |  | 300        | Zupa z zielonego groszku                       |  | 300        | Zupa z zielonego groszku                     |  | 300        | Zupa z zielonego groszku                                          |  | 300        |          |  | 7        |
| Potrąwka z kurczaka z warzywami                                       |  | 150        | Potrąwka z kurczaka z warzywami                                                |  | 150        | Potrąwka z kurczaka z warzywami                |  | 150        | Potrąwka z kurczaka z warzywami              |  | 150        | Potrąwka z kurczaka z warzywami                                   |  | 150        |          |  | 1,6,7    |
| Ryż pełnoziarnisty ugotowany                                          |  | 220        | Ryż pełnoziarnisty ugotowany                                                   |  | 220        | Ryż biały gotowany                             |  | 220        | Ryż biały gotowany                           |  | 220        | Ryż biały gotowany                                                |  | 220        |          |  |          |
| Buraki czerwone z cytryną i oliwą                                     |  | 150        | Buraki czerwone z cytryną i oliwą                                              |  | 150        | Buraki czerwone z cytryną i oliwą              |  | 150        | Buraki czerwone z cytryną i oliwą            |  | 150        | Buraki czerwone z cytryną i oliwą                                 |  | 150        |          |  | 9        |
| Kompot z jabłek bez cukru                                             |  | 300        | Kompot z jabłek bez cukru                                                      |  | 300        | Kompot z jabłek bez cukru                      |  | 300        | Kompot z jabłek bez cukru                    |  | 300        | Kompot z jabłek bez cukru                                         |  | 300        |          |  |          |
| PODWIECZOREK                                                          |  |            | PODWIECZOREK                                                                   |  |            | PODWIECZOREK                                   |  |            | PODWIECZOREK                                 |  |            | PODWIECZOREK                                                      |  |            |          |  |          |
| Banan                                                                 |  | 0          | Banan                                                                          |  | 0          | Banan                                          |  | 0          | Banan                                        |  | 100        | Banan                                                             |  | 0          |          |  |          |
| KOLACJA                                                               |  |            | KOLACJA                                                                        |  |            | KOLACJA                                        |  |            | KOLACJA                                      |  |            | KOLACJA                                                           |  |            |          |  |          |
| Chleb pszenny                                                         |  | 80         | Chleb pszenny                                                                  |  | 0          | Chleb pszenny                                  |  | 130        | Chleb pszenny                                |  | 130        | Chleb pszenny                                                     |  | 130        |          |  | 1        |
| Chleb żytni pełnoziarnisty                                            |  | 50         | Chleb żytni pełnoziarnisty                                                     |  | 130        | Chleb żytni pełnoziarnisty                     |  | 0          | Chleb żytni pełnoziarnisty                   |  | 0          | Chleb żytni pełnoziarnisty                                        |  | 0          |          |  | 1,11     |
| Masło śmietankowe                                                     |  | 10         | Masło śmietankowe                                                              |  | 10         | Masło śmietankowe                              |  | 10         | Masło śmietankowe                            |  | 15         | Masło śmietankowe                                                 |  | 0          |          |  | 7        |
| Salatka z dorszem pieczonym z sosem winegret                          |  | 80         | Salatka z dorszem pieczonym z sosem winegret                                   |  | 80         | Salatka z dorszem pieczonym z sosem winegret   |  | 80         | Salatka z dorszem pieczonym z sosem winegret |  | 80         | Salatka z dorszem pieczonym z sosem winegret                      |  | 80         |          |  | 3,7,9    |
| Szynka kanapkowa                                                      |  | 40         | Szynka kanapkowa                                                               |  | 40         | Szynka kanapkowa                               |  | 40         | Szynka kanapkowa                             |  | 50         | Szynka kanapkowa                                                  |  | 30         |          |  | 7,8,9,10 |
| Pomidor                                                               |  | 100        | Pomidor                                                                        |  | 100        | Pomidor bez skórki                             |  | 100        | Pomidor bez skórki                           |  | 100        | Pomidor bez skórki                                                |  | 100        |          |  |          |
| Cytryna                                                               |  | 5          | Cytryna                                                                        |  | 5          | Cytryna                                        |  | 0          | Cytryna                                      |  | 0          | Cytryna                                                           |  | 0          |          |  |          |
| Herbata, napar bez cukru                                              |  | 250        | Herbata, napar bez cukru                                                       |  | 250        | Herbata, napar bez cukru                       |  | 250        | Herbata, napar bez cukru                     |  | 250        | Herbata, napar bez cukru                                          |  | 250        |          |  |          |
| WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW                                           |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Ś II O K RAZEM                                                        |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Procentowy rozkład energii 29,022206 6,118235 40,864111 25,795587 100 |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Energia kJ 2924,95 572,50 3362,80 2133,90 9025,95                     |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Energia kcal 624,70 136,00 879,60 512,20 2152,50                      |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Tłuszcz 21,27 3,40 11,18 15,70 51,74                                  |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Białko 11,79 1,83 4,24 6,79 24,64                                     |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Węglowodany 85,86 21,40 163,09 76,66 347,00                           |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Cukier 16,90 15,80 23,05 9,28 65,02                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Białko 28,50 6,85 34,41 22,96 92,74                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Sól 2,66 0,24 1,66 3,40 7,96                                          |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Witamina 9,20 2,00 37,14 8,99 57,33                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Ś II O K RAZEM                                                        |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Procentowy rozkład energii 29,022206 6,118235 40,864111 25,795587 100 |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Energia kJ 2924,95 572,50 3362,80 2133,90 9025,95                     |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Energia kcal 624,70 136,00 879,60 512,20 2152,50                      |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Tłuszcz 21,27 3,40 11,18 15,70 51,74                                  |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Białko 11,79 1,83 4,24 6,79 24,64                                     |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Węglowodany 85,86 21,40 163,09 76,66 347,00                           |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Cukier 16,90 15,80 23,05 9,28 65,02                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Białko 28,50 6,85 34,41 22,96 92,74                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Sól 2,66 0,24 1,66 3,40 7,96                                          |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Witamina 9,20 2,00 37,14 8,99 57,33                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Ś II O K RAZEM                                                        |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Procentowy rozkład energii 29,022206 6,118235 40,864111 25,795587 100 |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Energia kJ 2924,95 572,50 3362,80 2133,90 9025,95                     |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Energia kcal 624,70 136,00 879,60 512,20 2152,50                      |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Tłuszcz 21,27 3,40 11,18 15,70 51,74                                  |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Białko 11,79 1,83 4,24 6,79 24,64                                     |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Węglowodany 85,86 21,40 163,09 76,66 347,00                           |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Cukier 16,90 15,80 23,05 9,28 65,02                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Białko 28,50 6,85 34,41 22,96 92,74                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Sól 2,66 0,24 1,66 3,40 7,96                                          |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Witamina 9,20 2,00 37,14 8,99 57,33                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Ś II O K RAZEM                                                        |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Procentowy rozkład energii 29,022206 6,118235 40,864111 25,795587 100 |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Energia kJ 2924,95 572,50 3362,80 2133,90 9025,95                     |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Energia kcal 624,70 136,00 879,60 512,20 2152,50                      |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Tłuszcz 21,27 3,40 11,18 15,70 51,74                                  |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Białko 11,79 1,83 4,24 6,79 24,64                                     |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Węglowodany 85,86 21,40 163,09 76,66 347,00                           |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Cukier 16,90 15,80 23,05 9,28 65,02                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Białko 28,50 6,85 34,41 22,96 92,74                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Sól 2,66 0,24 1,66 3,40 7,96                                          |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Witamina 9,20 2,00 37,14 8,99 57,33                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Ś II O K RAZEM                                                        |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Procentowy rozkład energii 29,022206 6,118235 40,864111 25,795587 100 |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Energia kJ 2924,95 572,50 3362,80 2133,90 9025,95                     |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Energia kcal 624,70 136,00 879,60 512,20 2152,50                      |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Tłuszcz 21,27 3,40 11,18 15,70 51,74                                  |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Białko 11,79 1,83 4,24 6,79 24,64                                     |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Węglowodany 85,86 21,40 163,09 76,66 347,00                           |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Cukier 16,90 15,80 23,05 9,28 65,02                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Białko 28,50 6,85 34,41 22,96 92,74                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Sól 2,66 0,24 1,66 3,40 7,96                                          |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Witamina 9,20 2,00 37,14 8,99 57,33                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Ś II O K RAZEM                                                        |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Procentowy rozkład energii 29,022206 6,118235 40,864111 25,795587 100 |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Energia kJ 2924,95 572,50 3362,80 2133,90 9025,95                     |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Energia kcal 624,70 136,00 879,60 512,20 2152,50                      |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Tłuszcz 21,27 3,40 11,18 15,70 51,74                                  |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Białko 11,79 1,83 4,24 6,79 24,64                                     |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Węglowodany 85,86 21,40 163,09 76,66 347,00                           |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Cukier 16,90 15,80 23,05 9,28 65,02                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Białko 28,50 6,85 34,41 22,96 92,74                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Sól 2,66 0,24 1,66 3,40 7,96                                          |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Witamina 9,20 2,00 37,14 8,99 57,33                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Ś II O K RAZEM                                                        |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Procentowy rozkład energii 29,022206 6,118235 40,864111 25,795587 100 |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Energia kJ 2924,95 572,50 3362,80 2133,90 9025,95                     |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Energia kcal 624,70 136,00 879,60 512,20 2152,50                      |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Tłuszcz 21,27 3,40 11,18 15,70 51,74                                  |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Białko 11,79 1,83 4,24 6,79 24,64                                     |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Węglowodany 85,86 21,40 163,09 76,66 347,00                           |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Cukier 16,90 15,80 23,05 9,28 65,02                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Białko 28,50 6,85 34,41 22,96 92,74                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Sól 2,66 0,24 1,66 3,40 7,96                                          |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Witamina 9,20 2,00 37,14 8,99 57,33                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Ś II O K RAZEM                                                        |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Procentowy rozkład energii 29,022206 6,118235 40,864111 25,795587 100 |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Energia kJ 2924,95 572,50 3362,80 2133,90 9025,95                     |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Energia kcal 624,70 136,00 879,60 512,20 2152,50                      |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Tłuszcz 21,27 3,40 11,18 15,70 51,74                                  |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Białko 11,79 1,83 4,24 6,79 24,64                                     |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Węglowodany 85,86 21,40 163,09 76,66 347,00                           |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Cukier 16,90 15,80 23,05 9,28 65,02                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Białko 28,50 6,85 34,41 22,96 92,74                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Sól 2,66 0,24 1,66 3,40 7,96                                          |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Witamina 9,20 2,00 37,14 8,99 57,33                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Ś II O K RAZEM                                                        |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Procentowy rozkład energii 29,022206 6,118235 40,864111 25,795587 100 |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Energia kJ 2924,95 572,50 3362,80 2133,90 9025,95                     |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Energia kcal 624,70 136,00 879,60 512,20 2152,50                      |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Tłuszcz 21,27 3,40 11,18 15,70 51,74                                  |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Białko 11,79 1,83 4,24 6,79 24,64                                     |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Węglowodany 85,86 21,40 163,09 76,66 347,00                           |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Cukier 16,90 15,80 23,05 9,28 65,02                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Białko 28,50 6,85 34,41 22,96 92,74                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Sól 2,66 0,24 1,66 3,40 7,96                                          |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Witamina 9,20 2,00 37,14 8,99 57,33                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Ś II O K RAZEM                                                        |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Procentowy rozkład energii 29,022206 6,118235 40,864111 25,795587 100 |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Energia kJ 2924,95 572,50 3362,80 2133,90 9025,95                     |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Energia kcal 624,70 136,00 879,60 512,20 2152,50                      |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Tłuszcz 21,27 3,40 11,18 15,70 51,74                                  |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Białko 11,79 1,83 4,24 6,79 24,64                                     |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Węglowodany 85,86 21,40 163,09 76,66 347,00                           |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Cukier 16,90 15,80 23,05 9,28 65,02                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Białko 28,50 6,85 34,41 22,96 92,74                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Sól 2,66 0,24 1,66 3,40 7,96                                          |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Witamina 9,20 2,00 37,14 8,99 57,33                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Ś II O K RAZEM                                                        |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Procentowy rozkład energii 29,022206 6,118235 40,864111 25,795587 100 |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Energia kJ 2924,95 572,50 3362,80 2133,90 9025,95                     |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Energia kcal 624,70 136,00 879,60 512,20 2152,50                      |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Tłuszcz 21,27 3,40 11,18 15,70 51,74                                  |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Białko 11,79 1,83 4,24 6,79 24,64                                     |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Węglowodany 85,86 21,40 163,09 76,66 347,00                           |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Cukier 16,90 15,80 23,05 9,28 65,02                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Białko 28,50 6,85 34,41 22,96 92,74                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Sól 2,66 0,24 1,66 3,40 7,96                                          |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Witamina 9,20 2,00 37,14 8,99 57,33                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Ś II O K RAZEM                                                        |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Procentowy rozkład energii 29,022206 6,118235 40,864111 25,795587 100 |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Energia kJ 2924,95 572,50 3362,80 2133,90 9025,95                     |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Energia kcal 624,70 136,00 879,60 512,20 2152,50                      |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Tłuszcz 21,27 3,40 11,18 15,70 51,74                                  |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Białko 11,79 1,83 4,24 6,79 24,64                                     |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Węglowodany 85,86 21,40 163,09 76,66 347,00                           |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Cukier 16,90 15,80 23,05 9,28 65,02                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Białko 28,50 6,85 34,41 22,96 92,74                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Sól 2,66 0,24 1,66 3,40 7,96                                          |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Witamina 9,20 2,00 37,14 8,99 57,33                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Ś II O K RAZEM                                                        |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Procentowy rozkład energii 29,022206 6,118235 40,864111 25,795587 100 |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Energia kJ 2924,95 572,50 3362,80 2133,90 9025,95                     |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Energia kcal 624,70 136,00 879,60 512,20 2152,50                      |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Tłuszcz 21,27 3,40 11,18 15,70 51,74                                  |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Białko 11,79 1,83 4,24 6,79 24,64                                     |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Węglowodany 85,86 21,40 163,09 76,66 347,00                           |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Cukier 16,90 15,80 23,05 9,28 65,02                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Białko 28,50 6,85 34,41 22,96 92,74                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Sól 2,66 0,24 1,66 3,40 7,96                                          |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Witamina 9,20 2,00 37,14 8,99 57,33                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Ś II O K RAZEM                                                        |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Procentowy rozkład energii 29,022206 6,118235 40,864111 25,795587 100 |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Energia kJ 2924,95 572,50 3362,80 2133,90 9025,95                     |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Energia kcal 624,70 136,00 879,60 512,20 2152,50                      |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Tłuszcz 21,27 3,40 11,18 15,70 51,74                                  |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Białko 11,79 1,83 4,24 6,79 24,64                                     |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Węglowodany 85,86 21,40 163,09 76,66 347,00                           |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
| Cukier 16,90 15,80 23,05 9,28 65,02                                   |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |
|                                                                       |  |            |                                                                                |  |            |                                                |  |            |                                              |  |            |                                                                   |  |            |          |  |          |

JADŁOSPIS DEKADOWY 1X.01.2026

8 dzień diety

| ŚNIADANIE                         |            |          |          |           |                                   |            |         |            |           |                                   |            |         |          |             |          |          |          |           |            |         |
|-----------------------------------|------------|----------|----------|-----------|-----------------------------------|------------|---------|------------|-----------|-----------------------------------|------------|---------|----------|-------------|----------|----------|----------|-----------|------------|---------|
|                                   | Ilość g/ml |          |          |           |                                   | Ilość g/ml |         |            |           |                                   | Ilość g/ml |         |          |             |          |          |          |           |            |         |
| Kasza manna na mleku              | 180        |          |          |           | Kasza manna na mleku              | 180        |         |            |           | Kasza manna na mleku              | 180        |         |          | 1,7         |          |          |          |           |            |         |
| Chleb pszenny                     | 60         |          |          |           | Chleb pszenny                     | 90         |         |            |           | Chleb pszenny                     | 90         |         |          | 1           |          |          |          |           |            |         |
| Chleb żytni pełnoziarnisty        | 30         |          |          |           | Chleb żytni pełnoziarnisty        | 0          |         |            |           | Chleb żytni pełnoziarnisty        | 0          |         |          | 1,11        |          |          |          |           |            |         |
| Masło śmietankowe                 | 10         |          |          |           | Masło śmietankowe                 | 10         |         |            |           | Masło śmietankowe                 | 0          |         |          | 7           |          |          |          |           |            |         |
| Ser, Edamski tłusty               | 50         |          |          |           | Ser twarogowy półtłusty w kawałku | 50         |         |            |           | Ser twarogowy półtłusty w kawałku | 100        |         |          | 7           |          |          |          |           |            |         |
| Polewica drożdżowa                | 30         |          |          |           | Polewica drożdżowa                | 30         |         |            |           | Polewica drożdżowa                | 0          |         |          | 7,8,9,10    |          |          |          |           |            |         |
| Szyzka z indyka                   | 0          |          |          |           | Szyzka z indyka                   | 0          |         |            |           | Szyzka z indyka                   | 0          |         |          | 7,8,9,10    |          |          |          |           |            |         |
| Herbata, napar bez cukru          | 250        |          |          |           | Herbata, napar bez cukru          | 250        |         |            |           | Herbata, napar bez cukru          | 250        |         |          |             |          |          |          |           |            |         |
| Cytryna                           | 5          |          |          |           | Cytryna                           | 5          |         |            |           | Cytryna                           | 0          |         |          |             |          |          |          |           |            |         |
| Pomidor                           | 100        |          |          |           | Pomidor bez skórki                | 100        |         |            |           | Pomidor bez skórki                | 100        |         |          |             |          |          |          |           |            |         |
| Ogórek                            | 50         |          |          |           | Ogórek                            | 0          |         |            |           | Ogórek                            | 0          |         |          |             |          |          |          |           |            |         |
| Salata                            | 0          |          |          |           | Salata                            | 35         |         |            |           | Salata                            | 35         |         |          |             |          |          |          |           |            |         |
| II ŚNIADANIE                      |            |          |          |           |                                   |            |         |            |           |                                   |            |         |          |             |          |          |          |           |            |         |
| Napój mleczny jogurtowy bez cukru | 150        |          |          |           | Napój mleczny jogurtowy bez cukru | 150        |         |            |           | Napój mleczny jogurtowy bez cukru | 150        |         |          | 7           |          |          |          |           |            |         |
| Jabłko                            | 100        |          |          |           | Jabłko                            | 100        |         |            |           | Jabłko pieczone                   | 100        |         |          |             |          |          |          |           |            |         |
| OBIAŁ                             |            |          |          |           |                                   |            |         |            |           |                                   |            |         |          |             |          |          |          |           |            |         |
| Baranek ukraiński                 | 300        |          |          |           | Baranek czerwony                  | 300        |         |            |           | Baranek czerwony                  | 300        |         |          | 1,7,9       |          |          |          |           |            |         |
| Filet z piersi kurczaka duszony   | 120        |          |          |           | Filet z piersi kurczaka duszony   | 120        |         |            |           | Filet z piersi kurczaka duszony   | 90         |         |          | 1,6         |          |          |          |           |            |         |
| Makaron gotowany pełnoziarnisty   | 280        |          |          |           | Makaron gotowany jasny            | 280        |         |            |           | Makaron gotowany jasny            | 280        |         |          | 1,7         |          |          |          |           |            |         |
| Sopinak duszony ze śmietaną       | 150        |          |          |           | Sopinak duszony ze śmietaną       | 150        |         |            |           | Sopinak duszony ze śmietaną       | 150        |         |          | 7           |          |          |          |           |            |         |
| Woda niegazowana                  | 300        |          |          |           | Woda niegazowana                  | 300        |         |            |           | Woda niegazowana                  | 300        |         |          |             |          |          |          |           |            |         |
| PODWIECZOREK                      |            |          |          |           |                                   |            |         |            |           |                                   |            |         |          |             |          |          |          |           |            |         |
| Sok marchwiowy                    | 0          |          |          |           | Sok marchwiowy                    | 0          |         |            |           | Sok marchwiowy                    | 0          |         |          |             |          |          |          |           |            |         |
| KOLACJA                           |            |          |          |           |                                   |            |         |            |           |                                   |            |         |          |             |          |          |          |           |            |         |
| Chleb pszenny                     | 80         |          |          |           | Chleb pszenny                     | 130        |         |            |           | Chleb pszenny                     | 130        |         |          | 1           |          |          |          |           |            |         |
| Chleb żytni pełnoziarnisty        | 50         |          |          |           | Chleb żytni pełnoziarnisty        | 0          |         |            |           | Chleb żytni pełnoziarnisty        | 0          |         |          | 1,11        |          |          |          |           |            |         |
| Masło śmietankowe                 | 10         |          |          |           | Masło śmietankowe                 | 15         |         |            |           | Masło śmietankowe                 | 0          |         |          | 7           |          |          |          |           |            |         |
| Szyzka wieprzowa gotowana         | 40         |          |          |           | Szyzka wieprzowa gotowana         | 40         |         |            |           | Szyzka wieprzowa gotowana         | 40         |         |          | 7,8,9,10,12 |          |          |          |           |            |         |
| Ogórek kwaszony                   | 80         |          |          |           | Ogórek kwaszony                   | 80         |         |            |           | Ogórek kwaszony                   | 80         |         |          |             |          |          |          |           |            |         |
| Kiełbasa szyszkowa                | 0          |          |          |           | Kiełbasa szyszkowa                | 0          |         |            |           | Kiełbasa szyszkowa                | 0          |         |          | 7           |          |          |          |           |            |         |
| Paprykarz szczeciński             | 40         |          |          |           | Paprykarz szczeciński             | 40         |         |            |           | Paprykarz szczeciński             | 40         |         |          | 9           |          |          |          |           |            |         |
| Cytryna                           | 5          |          |          |           | Cytryna                           | 0          |         |            |           | Cytryna                           | 0          |         |          |             |          |          |          |           |            |         |
| Pomidor                           | 100        |          |          |           | Pomidor bez skórki                | 100        |         |            |           | Pomidor bez skórki                | 100        |         |          |             |          |          |          |           |            |         |
| Herbata, napar bez cukru          | 250        |          |          |           | Herbata, napar bez cukru          | 250        |         |            |           | Herbata, napar bez cukru          | 250        |         |          |             |          |          |          |           |            |         |
| WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW       |            |          |          |           |                                   |            |         |            |           |                                   |            |         |          |             |          |          |          |           |            |         |
|                                   | Ś          | II       | O        | K         | RAZEM                             |            | Ś       | II         | O         | K                                 | RAZEM      |         | Ś        | II          | O        | K        | RAZEM    |           |            |         |
| Procentowy rozkład energii        | 27,810934  | 7,734554 | 39,78012 | 24,668192 | 100                               | 23,3762405 | 8,30804 | 42,7041340 | 25,616586 | 100                               | 27,277407  | 11,1089 | 32,71204 | 24,70157    | 100      | 28,00319 | 12,19994 | 32,555775 | 27,2408924 | 100     |
| Energia kJ                        | 2.557,40   | 709,00   | 3.580,50 | 2.264,90  | 9.111,80                          | 2.066,00   | 709,00  | 3.580,50   | 2.196,90  | 8.492,40                          | 2.189,25   | 907,00  | 2.563,90 | 2.299,80    | 7.959,95 | 2.065,05 | 907,00   | 3.580,50  | 2.024,10   | 7994,45 |
| Energia kcal                      | 607,80     | 169,00   | 809,20   | 539,00    | 2.105,00                          | 473,80     | 169,00  | 809,20     | 521,40    | 2.035,40                          | 521,00     | 216,00  | 624,80   | 544,20      | 1.910,20 | 495,80   | 216,00   | 809,20    | 492,10     | 1770,65 |
| Tłuszcz                           | 25,14      | 3,25     | 16,69    | 19,10     | 64,17                             | 21,54      | 3,25    | 14,09      | 19,34     | 58,81                             | 15,70      | 4,45    | 14,01    | 18,93       | 56,61    | 21,04    | 6,35     | 14,01     | 15,51      | 51,58   |
| Białko                            | 14,70      | 1,75     | 8,82     | 8,33      | 33,61                             | 12,51      | 1,75    | 8,92       | 8,38      | 31,46                             | 9,08       | 2,61    | 9,57     | 8,30        | 29,56    | 12,78    | 3,75     | 9,57      | 0,02       | 8,21    |
| Węglowodany                       | 69,18      | 30,25    | 122,25   | 74,58     | 296,45                            | 44,66      | 30,25   | 122,25     | 63,94     | 261,09                            | 34,26      | 18,95   | 81,49    | 80,75       | 275,45   | 57,82    | 51,05    | 81,49     | 16,95      | 63,61   |
| Cukry                             | 12,97      | 16,85    | 17,65    | 7,92      | 55,38                             | 8,13       | 16,85   | 17,65      | 10,39     | 53,22                             | 12,77      | 20,75   | 11,77    | 5,37        | 51,16    | 14,43    | 25,45    | 11,77     | 18,85      | 5,23    |
| Alkohole                          | 25,65      | 6,40     | 59,03    | 19,89     | 110,97                            | 20,25      | 6,40    | 59,03      | 19,17     | 104,85                            | 22,32      | 6,30    | 44,49    | 20,30       | 93,41    | 31,19    | 10,36    | 44,49     | 0,60       | 11,51   |
| Sól                               | 7,05       | 0,23     | 1,22     | 4,43      | 7,93                              | 1,93       | 0,23    | 1,22       | 4,43      | 7,81                              | 1,38       | 0,37    | 1,07     | 43,50       | 4,36     | 1,18     | 0,37     | 1,07      | 43,50      | 4,36    |
| Błonnik                           | 6,44       | 2,00     | 21,53    | 8,61      | 38,60                             | 7,04       | 2,00    | 21,53      | 9,91      | 40,48                             | 6,10       | 1,60    | 5,39     | 1,88        | 14,97    | 6,10     | 1,60     | 5,39      | 1,88       | 14,97   |
|                                   | Ś          | II       | O        | P         | K                                 | RAZEM      |         | Ś          | II        | O                                 | P          | K       | RAZEM    |             | Ś        | II       | O        | P         | K          | RAZEM   |
| Energia kJ                        | 2.557,40   | 709,00   | 3.580,50 | 2.264,90  | 9.111,80                          | 2.066,00   | 709,00  | 3.580,50   | 2.196,90  | 8.492,40                          | 2.189,25   | 907,00  | 2.563,90 | 2.299,80    | 7.959,95 | 2.065,05 | 907,00   | 3.580,50  | 2.024,10   | 7994,45 |
| Energia kcal                      | 607,80     | 169,00   | 809,20   | 539,00    | 2.105,00                          | 473,80     | 169,00  | 809,20     | 521,40    | 2.035,40                          | 521,00     | 216,00  | 624,80   | 544,20      | 1.910,20 | 495,80   | 216,00   | 809,20    | 492,10     | 1770,65 |
| Tłuszcz                           | 25,14      | 3,25     | 16,69    | 19,10     | 64,17                             | 21,54      | 3,25    | 14,09      | 19,34     | 58,81                             | 15,70      | 4,45    | 14,01    | 18,93       | 56,61    | 21,04    | 6,35     | 14,01     | 15,51      | 51,58   |
| Białko                            | 14,70      | 1,75     | 8,82     | 8,33      | 33,61                             | 12,51      | 1,75    | 8,92       | 8,38      | 31,46                             | 9,08       | 2,61    | 9,57     | 8,30        | 29,56    | 12,78    | 3,75     | 9,57      | 0,02       | 8,21    |
| Węglowodany                       | 69,18      | 30,25    | 122,25   | 74,58     | 296,45                            | 44,66      | 30,25   | 122,25     | 63,94     | 261,09                            | 34,26      | 18,95   | 81,49    | 80,75       | 275,45   | 57,82    | 51,05    | 81,49     | 16,95      | 63,61   |
| Cukry                             | 12,97      | 16,85    | 17,65    | 7,92      | 55,38                             | 8,13       | 16,85   | 17,65      | 10,39     | 53,22                             | 12,77      | 20,75   | 11,77    | 5,37        | 51,16    | 14,43    | 25,45    | 11,77     | 18,85      | 5,23    |
| Alkohole                          | 25,65      | 6,40     | 59,03    | 19,89     | 110,97                            | 20,25      | 6,40    | 59,03      | 19,17     | 104,85                            | 22,32      | 6,30    | 44,49    | 20,30       | 93,41    | 31,19    | 10,36    | 44,49     | 0,60       | 11,51   |
| Sól                               | 7,05       | 0,23     | 1,22     | 4,43      | 7,93                              | 1,93       | 0,23    | 1,22       | 4,43      | 7,81                              | 1,38       | 0,37    | 1,07     | 43,50       | 4,36     | 1,18     | 0,37     | 1,07      | 43,50      | 4,36    |
| Błonnik                           | 6,44       | 2,00     | 21,53    | 8,61      | 38,60                             | 7,04       | 2,00    | 21,53      | 9,91      | 40,48                             | 6,10       | 1,60    | 5,39     | 1,88        | 14,97    | 6,10     | 1,60     | 5,39      | 1,88       | 14,97   |

Legenda: Alergeny występujące w produktach:

1. zboża zawierające gluten 2. skorupniki i produkty pochodne, 3. jaja, 4. ryby 5. orzeszki ziemne 6. soja, 7. mleko, 8. orzechy, 9. seler, 10. goździki, 11. nasiona sezamu, 12. dwutlenek siarki, 13. łubin, 14. mączki

Podpis osoby ratowniczej Podpis osoby sporządzającej

Podpis osoby ratowniczej Podpis osoby

Śwież 28.12.2021r.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

| DIETA PODSTAWOWA (1)                     |           |          |          |          | DIETA CIKRZYCOWA-DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6) |          |        |          |          | DIETA ŁATWOŚTRAWNA I DIETA PAPKOWATA (2) i (12) |          |          |           |          | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (9)               |          |          |          |          | DIETA WĄTROBOWA-DIETA ŁATWOŚTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (8) |        |          |          |          | ALERGENY   |          |        |   |       |  |
|------------------------------------------|-----------|----------|----------|----------|------------------------------------------------------------------------------|----------|--------|----------|----------|-------------------------------------------------|----------|----------|-----------|----------|----------------------------------------|----------|----------|----------|----------|-----------------------------------------------------------------|--------|----------|----------|----------|------------|----------|--------|---|-------|--|
| Ilość g/ml                               |           |          |          |          | Ilość g/ml                                                                   |          |        |          |          | Ilość g/ml                                      |          |          |           |          | Ilość g/ml                             |          |          |          |          | Ilość g/ml                                                      |        |          |          |          |            |          |        |   |       |  |
| Platki ryżowe                            | 30        |          |          |          | Platki ryżowe                                                                | 0        |        |          |          | Platki ryżowe                                   | 30       |          |           |          | Platki ryżowe                          | 30       |          |          |          | Platki ryżowe                                                   | 30     |          |          |          | 1          |          |        |   |       |  |
| Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu           | 150       |          |          |          | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu                                               | 0        |        |          |          | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu                  | 150      |          |           |          | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu         | 150      |          |          |          | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu                                  | 150    |          |          |          | 7          |          |        |   |       |  |
| Chleb pszenny                            | 60        |          |          |          | Chleb pszenny                                                                | 0        |        |          |          | Chleb pszenny                                   | 90       |          |           |          | Chleb pszenny                          | 90       |          |          |          | Chleb pszenny                                                   | 90     |          |          |          | 1          |          |        |   |       |  |
| Chleb żytni pełnoziarnisty               | 30        |          |          |          | Chleb żytni pełnoziarnisty                                                   | 90       |        |          |          | Chleb żytni pełnoziarnisty                      | 0        |          |           |          | Chleb żytni pełnoziarnisty             | 0        |          |          |          | Chleb żytni pełnoziarnisty                                      | 0      |          |          |          | 1,11       |          |        |   |       |  |
| Masło śmietankowe                        | 10        |          |          |          | Masło śmietankowe                                                            | 10       |        |          |          | Masło śmietankowe                               | 15       |          |           |          | Masło śmietankowe                      | 0        |          |          |          | Masło śmietankowe                                               | 0      |          |          |          | 7          |          |        |   |       |  |
| Dziem z czarnych porzeczek niesłodzony   | 30        |          |          |          | Ser, Edamski tłusty                                                          | 30       |        |          |          | Dziem z czarnych porzeczek niesłodzony          | 30       |          |           |          | Dziem z czarnych porzeczek niesłodzony | 30       |          |          |          | Dziem z czarnych porzeczek niesłodzony                          | 60     |          |          |          | 7,8,9,10   |          |        |   |       |  |
| Jajecznica na parze                      | 120       |          |          |          | Jajecznica na parze                                                          | 120      |        |          |          | Jajecznica na parze                             | 120      |          |           |          | Jajecznica na parze                    | 120      |          |          |          | Jajecznica na parze                                             | 60     |          |          |          | 7          |          |        |   |       |  |
| Herbata, napar bez cukru                 | 250       |          |          |          | Herbata, napar bez cukru                                                     | 250      |        |          |          | Herbata, napar bez cukru                        | 250      |          |           |          | Herbata, napar bez cukru               | 250      |          |          |          | Herbata, napar bez cukru                                        | 250    |          |          |          |            |          |        |   |       |  |
| Cytryna                                  | 5         |          |          |          | Cytryna                                                                      | 5        |        |          |          | Cytryna                                         | 0        |          |           |          | Cytryna                                | 0        |          |          |          | Cytryna                                                         | 0      |          |          |          |            |          |        |   |       |  |
| Pomidor                                  | 100       |          |          |          | Pomidor                                                                      | 100      |        |          |          | Pomidor bez skórki                              | 100      |          |           |          | Pomidor bez skórki                     | 100      |          |          |          | Pomidor bez skórki                                              | 100    |          |          |          |            |          |        |   |       |  |
| Rzodkiewka                               | 50        |          |          |          | Rzodkiewka                                                                   | 50       |        |          |          | Rzodkiewka                                      | 0        |          |           |          | Rzodkiewka                             | 50       |          |          |          | Rzodkiewka                                                      | 0      |          |          |          |            |          |        |   |       |  |
| II ŚNIADANIE                             |           |          |          |          | II ŚNIADANIE                                                                 |          |        |          |          | II ŚNIADANIE                                    |          |          |           |          | II ŚNIADANIE                           |          |          |          |          | II ŚNIADANIE                                                    |        |          |          |          |            |          |        |   |       |  |
| Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu        | 150       |          |          |          | Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu                                            | 150      |        |          |          | Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu               | 150      |          |           |          | Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu      | 150      |          |          |          | Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu                               | 150    |          |          |          | 7          |          |        |   |       |  |
| Banan                                    | 80        |          |          |          | Banan                                                                        | 80       |        |          |          | Banan                                           | 80       |          |           |          | Banan                                  | 80       |          |          |          | Banan                                                           | 80     |          |          |          |            |          |        |   |       |  |
| OBIAŁ                                    |           |          |          |          | OBIAŁ                                                                        |          |        |          |          | OBIAŁ                                           |          |          |           |          | OBIAŁ                                  |          |          |          |          | OBIAŁ                                                           |        |          |          |          |            |          |        |   |       |  |
| Rosół drobiowy z makaronem               | 300       |          |          |          | Rosół drobiowy z makaronem                                                   | 300      |        |          |          | Rosół drobiowy z makaronem                      | 300      |          |           |          | Rosół drobiowy z makaronem             | 300      |          |          |          | Rosół drobiowy z makaronem                                      | 300    |          |          |          | 1,3,7,9,10 |          |        |   |       |  |
| Udko z kurczaka duszone                  | 120       |          |          |          | Udko z kurczaka duszone                                                      | 120      |        |          |          | Udko z kurczaka duszone                         | 120      |          |           |          | Udko z kurczaka duszone                | 120      |          |          |          | Udko z kurczaka duszone                                         | 120    |          |          |          |            |          |        |   |       |  |
| Ziemniaki późne                          | 200       |          |          |          | Ziemniaki późne                                                              | 200      |        |          |          | Ziemniaki późne                                 | 200      |          |           |          | Ziemniaki późne                        | 200      |          |          |          | Ziemniaki późne                                                 | 200    |          |          |          |            |          |        |   |       |  |
| Salata zielona ze śmietaną               | 150       |          |          |          | Salata zielona ze śmietaną                                                   | 150      |        |          |          | Salata zielona ze śmietaną                      | 150      |          |           |          | Salata zielona ze śmietaną             | 150      |          |          |          | Salata zielona ze śmietaną                                      | 150    |          |          |          | 7          |          |        |   |       |  |
| Kompot wielowarstwowy bez cukru          | 300       |          |          |          | Kompot wielowarstwowy bez cukru                                              | 300      |        |          |          | Kompot wielowarstwowy bez cukru                 | 300      |          |           |          | Kompot wielowarstwowy bez cukru        | 300      |          |          |          | Kompot wielowarstwowy bez cukru                                 | 300    |          |          |          |            |          |        |   |       |  |
| PODWIECZOREK                             |           |          |          |          | PODWIECZOREK                                                                 |          |        |          |          | PODWIECZOREK                                    |          |          |           |          | PODWIECZOREK                           |          |          |          |          | PODWIECZOREK                                                    |        |          |          |          |            |          |        |   |       |  |
| Serek twarogowy homogenizowany waniliowy | 0         |          |          |          | Serek twarogowy homogenizowany waniliowy                                     | 0        |        |          |          | Jogurt bananowy 1,5% tłuszczu                   | 0        |          |           |          | Serek twarogowy homogenizowany wanil   | 100      |          |          |          | Serek twarogowy homogenizowany wanil                            | 0      |          |          |          | 7          |          |        |   |       |  |
| KOLACJA                                  |           |          |          |          | KOLACJA                                                                      |          |        |          |          | KOLACJA                                         |          |          |           |          | KOLACJA                                |          |          |          |          | KOLACJA                                                         |        |          |          |          |            |          |        |   |       |  |
| Chleb pszenny                            | 80        |          |          |          | Chleb pszenny                                                                | 0        |        |          |          | Chleb pszenny                                   | 130      |          |           |          | Chleb pszenny                          | 130      |          |          |          | Chleb pszenny                                                   | 130    |          |          |          | 1,11       |          |        |   |       |  |
| Chleb żytni pełnoziarnisty               | 50        |          |          |          | Chleb żytni pełnoziarnisty                                                   | 130      |        |          |          | Chleb żytni pełnoziarnisty                      | 0        |          |           |          | Chleb żytni pełnoziarnisty             | 0        |          |          |          | Chleb żytni pełnoziarnisty                                      | 0      |          |          |          | 1,9        |          |        |   |       |  |
| Masło śmietankowe                        | 10        |          |          |          | Masło śmietankowe                                                            | 10       |        |          |          | Masło śmietankowe                               | 15       |          |           |          | Masło śmietankowe                      | 0        |          |          |          | Masło śmietankowe                                               | 0      |          |          |          | 7          |          |        |   |       |  |
| Pasta z twarogu i sardynki w oleju       | 60        |          |          |          | Pasta z twarogu i sardynki w oleju                                           | 60       |        |          |          | Pasta z twarogu i sardynki w oleju              | 60       |          |           |          | Pasta z twarogu i sardynki w oleju     | 60       |          |          |          | Pasta z twarogu i sardynki w oleju                              | 60     |          |          |          | 4,7,8,9,10 |          |        |   |       |  |
| Szynkówka wieprzowa                      | 40        |          |          |          | Szynkówka wieprzowa                                                          | 40       |        |          |          | Szynkówka wieprzowa                             | 30       |          |           |          | Szynkówka wieprzowa                    | 30       |          |          |          | Szynkówka wieprzowa                                             | 30     |          |          |          | 7,8,9,10   |          |        |   |       |  |
| Serek twarogowy ziarnisty                | 0         |          |          |          | Serek twarogowy ziarnisty                                                    | 0        |        |          |          | Serek twarogowy ziarnisty                       | 100      |          |           |          | Serek twarogowy ziarnisty              | 0        |          |          |          | Serek twarogowy ziarnisty                                       | 0      |          |          |          | 7          |          |        |   |       |  |
| Pomidor                                  | 100       |          |          |          | Pomidor                                                                      | 100      |        |          |          | Pomidor bez skórki                              | 100      |          |           |          | Pomidor bez skórki                     | 100      |          |          |          | Pomidor bez skórki                                              | 100    |          |          |          |            |          |        |   |       |  |
| Cytryna                                  | 5         |          |          |          | Cytryna                                                                      | 5        |        |          |          | Cytryna                                         | 0        |          |           |          | Cytryna                                | 0        |          |          |          | Cytryna                                                         | 0      |          |          |          |            |          |        |   |       |  |
| Ogórek kwaszony                          | 50        |          |          |          | Ogórek kwaszony                                                              | 50       |        |          |          | Ogórek kwaszony                                 | 50       |          |           |          | Ogórek kwaszony                        | 50       |          |          |          | Ogórek kwaszony                                                 | 50     |          |          |          |            |          |        |   |       |  |
| Herbata, napar bez cukru                 | 250       |          |          |          | Herbata, napar bez cukru                                                     | 250      |        |          |          | Herbata, napar bez cukru                        | 250      |          |           |          | Herbata, napar bez cukru               | 250      |          |          |          | Herbata, napar bez cukru                                        | 250    |          |          |          |            |          |        |   |       |  |
| WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW              |           |          |          |          |                                                                              |          |        |          |          |                                                 |          |          |           |          |                                        |          |          |          |          |                                                                 |        |          |          |          |            |          |        |   |       |  |
|                                          | Ś         | H        | O        | K        | RAZEM                                                                        |          | Ś      | H        | O        | K                                               | RAZEM    |          | Ś         | H        | O                                      | K        | RAZEM    |          | Ś        | H                                                               | O      | K        | RAZEM    |          | Ś          | H        | O      | K | RAZEM |  |
| Procentowy rozkład energii               | 30,658411 | 5,916228 | 16,00576 | 27,4396  | 100                                                                          | 25,82713 | 6,9965 | 16,9478  | 26,82519 | 100                                             | 30,50901 | 5,892105 | 15,858948 | 27,71994 | 100                                    | 29,27191 | 5,319885 | 12,49817 | 16,06160 | 29,8018658                                                      | 100    | 28,67914 | 6,108715 | 16,84214 | 25,989     | 100      |        |   |       |  |
| Energia kJ                               | 2 824,60  | 553,20   | 3 357,60 | 2 557,20 | 9 292,60                                                                     | 2 232,70 | 553,20 | 1 137,90 | 2 489,20 | 6 413,00                                        | 2 322,55 | 553,20   | 1 137,60  | 2 592,10 | 9 325,45                               | 2 322,55 | 553,20   | 1 137,60 | 2 592,10 | 9 401,45                                                        |        | 2 440,05 | 553,20   | 1 137,60 | 2 592,10   | 9 401,45 |        |   |       |  |
| Energia kcal                             | 681,00    | 131,50   | 806,40   | 609,90   | 2 231,70                                                                     | 530,70   | 131,50 | 800,30   | 592,30   | 2 054,80                                        | 600,90   | 131,50   | 800,30    | 619,10   | 2 231,80                               | 530,85   | 131,50   | 800,30   | 619,10   | 2 231,80                                                        |        | 580,20   | 131,50   | 800,30   | 592,30     | 2 055,1  |        |   |       |  |
| Tłuszcz                                  | 22,11     | 0,99     | 14,75    | 23,81    | 61,66                                                                        | 26,56    | 0,99   | 14,75    | 24,05    | 66,34                                           | 21,94    | 0,99     | 14,75     | 23,64    | 61,32                                  | 25,71    | 0,99     | 14,75    | 23,64    | 61,32                                                           |        | 25,71    | 0,99     | 14,75    | 23,64      | 61,32    |        |   |       |  |
| Białko                                   | 10,22     | 0,61     | 5,59     | 8,75     | 25,16                                                                        | 12,74    | 0,61   | 5,59     | 8,80     | 27,73                                           | 10,18    | 0,61     | 5,59      | 8,72     | 25,09                                  | 12,72    | 0,61     | 5,59     | 8,72     | 25,09                                                           |        | 12,72    | 0,61     | 5,59     | 8,72       | 25,09    |        |   |       |  |
| Węglowodany                              | 98,58     | 25,85    | 118,83   | 71,85    | 115,10                                                                       | 45,45    | 25,85  | 118,83   | 61,21    | 251,33                                          | 100,33   | 25,85    | 118,83    | 78,02    | 323,02                                 | 102,58   | 25,85    | 118,83   | 78,02    | 323,02                                                          |        | 111,06   | 25,85    | 118,83   | 77,77      | 313,51   |        |   |       |  |
| Cukry                                    | 28,33     | 22,65    | 18,42    | 6,97     | 76,36                                                                        | 8,22     | 22,65  | 18,42    | 9,64     | 58,93                                           | 26,28    | 22,65    | 18,42     | 4,92     | 72,27                                  | 27,23    | 22,65    | 18,42    | 13,30    | 8,14                                                            | 89,74  |          | 26,91    | 22,65    | 18,42      | 4,67     | 82,65  |   |       |  |
| Błak                                     | 26,67     | 5,90     | 52,10    | 29,84    | 114,51                                                                       | 26,70    | 5,90   | 52,10    | 29,12    | 113,82                                          | 26,61    | 5,90     | 52,10     | 30,50    | 115,11                                 | 27,16    | 5,90     | 52,10    | 16,80    | 41,50                                                           | 143,46 |          | 20,77    | 5,90     | 52,10      | 28,75    | 107,55 |   |       |  |
| Sól                                      | 2,06      | 0,23     | 0,99     | 4,06     | 7,33                                                                         | 1,94     | 0,23   | 0,99     | 4,06     | 7,22                                            | 2,04     | 0,23     | 0,99      | 4,13     | 7,38                                   | 2,07     | 0,23     | 0,99     | 4,00     | 4,13                                                            | 47,41  |          | 1,86     | 0,23     | 0,99       | 3,76     | 6,83   |   |       |  |
| Błonnik                                  | 8,13      | 1,36     | 14,75    | 8,20     | 32,44                                                                        | 8,04     | 1,36   | 14,75    | 9,48     | 33,63                                           | 6,51     | 1,36     | 14,75     | 1,45     | 24,07                                  | 7,76     | 1,36     | 14,75    | 2,52     | 11,13                                                           | 37,52  |          | 7,35     | 1,36     | 14,75      | 7,30     | 30,76  |   |       |  |

Legenda: Alergeny występujące w produktach:

1. zboża zawierające gluten 2. skorupki i produkty pochodne 3. jaja 4. ryby 5. orzeszki ziemne 6. soja 7. mleko 8. orzechy 9. seler 10. gorczyca 11. nasiona sezamu 12. dwulicowe siarki 13. biał 14. mięczaki

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby sporządzającej

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby sporządzającej

długość 28.12.2025.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

ZADŁOSIPI DEKADOWY 20.01.2026

10 dnió wóóó

ŚNIADANIE

| DIETA PODSTAWOWA (1)                        |     |  |  |  |  | DIETA CIUKRYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSYMAJĄCYCH WĘGŁO-<br>WODANÓW (6) |     |  |  |  |  | DIETA ŁATWOŚTRAWNA I DIETA PĄPKOWATA (2) i (12) |     |  |  |  |  | DIETA ROGĄTORIĄKOWA (9)                     |     |  |  |  |  | DIETA WĄTOROWA- DIETA ŁATWOŚTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3) |     |  |  |  |  | ALERGENT |          |
|---------------------------------------------|-----|--|--|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------|-----|--|--|--|--|-------------------------------------------------|-----|--|--|--|--|---------------------------------------------|-----|--|--|--|--|-----------------------------------------------------------------|-----|--|--|--|--|----------|----------|
| Ilości g/ml                                 |     |  |  |  |  | Ilości g/ml                                                                       |     |  |  |  |  | Ilości g/ml                                     |     |  |  |  |  | Ilości g/ml                                 |     |  |  |  |  | Ilości g/ml                                                     |     |  |  |  |  |          |          |
| Platki owsiane                              | 30  |  |  |  |  | Platki owsiane                                                                    | 30  |  |  |  |  | Platki owsiane                                  | 30  |  |  |  |  | Platki owsiane                              | 30  |  |  |  |  | Platki owsiane                                                  | 30  |  |  |  |  |          |          |
| Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu              | 150 |  |  |  |  | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu                                                    | 0   |  |  |  |  | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu                  | 150 |  |  |  |  | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu              | 150 |  |  |  |  | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu                                  | 150 |  |  |  |  |          | 1,7      |
| Chleb pszenny                               | 60  |  |  |  |  | Chleb pszenny                                                                     | 0   |  |  |  |  | Chleb pszenny                                   | 90  |  |  |  |  | Chleb pszenny                               | 100 |  |  |  |  | Chleb pszenny                                                   | 90  |  |  |  |  |          | 1        |
| Chleb żytni pełnoziarnisty                  | 30  |  |  |  |  | Chleb żytni pełnoziarnisty                                                        | 90  |  |  |  |  | Chleb żytni pełnoziarnisty                      | 0   |  |  |  |  | Chleb żytni pełnoziarnisty                  | 0   |  |  |  |  | Chleb żytni pełnoziarnisty                                      | 0   |  |  |  |  |          | 1,11     |
| Masło śmietankowe                           | 10  |  |  |  |  | Masło śmietankowe                                                                 | 10  |  |  |  |  | Masło śmietankowe                               | 15  |  |  |  |  | Masło śmietankowe                           | 0   |  |  |  |  | Masło śmietankowe                                               | 0   |  |  |  |  |          | 7        |
| Paniówki z kurczaka na gorąco               | 50  |  |  |  |  | Paniówki z kurczaka na gorąco                                                     | 50  |  |  |  |  | Paniówki z kurczaka na gorąco                   | 50  |  |  |  |  | Paniówki z kurczaka na gorąco               | 50  |  |  |  |  | Paniówki z kurczaka na gorąco                                   | 50  |  |  |  |  |          |          |
| Serek twarogowy homogenizowany naturalny    | 60  |  |  |  |  | Serek twarogowy homogenizowany naturalny                                          | 60  |  |  |  |  | Serek twarogowy homogenizowany naturalny        | 60  |  |  |  |  | Serek twarogowy homogenizowany naturalny    | 60  |  |  |  |  | Serek twarogowy homogenizowany naturalny                        | 60  |  |  |  |  |          |          |
| Herbata, napar bez cukru                    | 250 |  |  |  |  | Herbata, napar bez cukru                                                          | 250 |  |  |  |  | Herbata, napar bez cukru                        | 250 |  |  |  |  | Herbata, napar bez cukru                    | 250 |  |  |  |  | Herbata, napar bez cukru                                        | 250 |  |  |  |  |          |          |
| Cytryna                                     | 5   |  |  |  |  | Cytryna                                                                           | 5   |  |  |  |  | Cytryna                                         | 0   |  |  |  |  | Cytryna                                     | 0   |  |  |  |  | Cytryna                                                         | 0   |  |  |  |  |          |          |
| Pomidor                                     | 50  |  |  |  |  | Pomidor                                                                           | 50  |  |  |  |  | Pomidor bez skórki                              | 100 |  |  |  |  | Pomidor bez skórki                          | 100 |  |  |  |  | Pomidor bez skórki                                              | 100 |  |  |  |  |          |          |
| Papryka czerwona                            | 50  |  |  |  |  | Papryka czerwona                                                                  | 50  |  |  |  |  | Papryka czerwona                                | 0   |  |  |  |  | Papryka czerwona                            | 0   |  |  |  |  | Papryka czerwona                                                | 0   |  |  |  |  |          |          |
| Salata                                      | 0   |  |  |  |  | Salata                                                                            | 0   |  |  |  |  | Salata                                          | 35  |  |  |  |  | Salata                                      | 35  |  |  |  |  | Salata                                                          | 35  |  |  |  |  |          |          |
| II ŚNIADANIE                                |     |  |  |  |  | II ŚNIADANIE                                                                      |     |  |  |  |  | II ŚNIADANIE                                    |     |  |  |  |  | II ŚNIADANIE                                |     |  |  |  |  | II ŚNIADANIE                                                    |     |  |  |  |  |          |          |
| Serek twarogowy ziarnisty                   | 150 |  |  |  |  | Serek twarogowy ziarnisty                                                         | 150 |  |  |  |  | Serek twarogowy ziarnisty                       | 150 |  |  |  |  | Serek twarogowy ziarnisty                   | 150 |  |  |  |  | Serek twarogowy ziarnisty                                       | 150 |  |  |  |  |          |          |
| Jabłko                                      | 100 |  |  |  |  | Jabłko                                                                            | 100 |  |  |  |  | Jabłko pieczone                                 | 100 |  |  |  |  | Jabłko pieczone                             | 100 |  |  |  |  | Jabłko pieczone                                                 | 100 |  |  |  |  |          |          |
| OBIAŁ                                       |     |  |  |  |  | OBIAŁ                                                                             |     |  |  |  |  | OBIAŁ                                           |     |  |  |  |  | OBIAŁ                                       |     |  |  |  |  | OBIAŁ                                                           |     |  |  |  |  |          |          |
| Zupa ogórkowa                               | 300 |  |  |  |  | Zupa ogórkowa                                                                     | 300 |  |  |  |  | Zupa ogórkowa                                   | 300 |  |  |  |  | Zupa ogórkowa                               | 300 |  |  |  |  | Zupa ogórkowa                                                   | 300 |  |  |  |  |          | 1,7,9    |
| Bitki wieprzowe w zaryznach                 | 100 |  |  |  |  | Bitki wieprzowe w zaryznach                                                       | 100 |  |  |  |  | Bitki wieprzowe w zaryznach                     | 100 |  |  |  |  | Bitki wieprzowe w zaryznach                 | 100 |  |  |  |  | Bitki wieprzowe w zaryznach                                     | 100 |  |  |  |  |          | 1        |
| Kasza jęczmienna gotowana                   | 250 |  |  |  |  | Kasza jęczmienna gotowana                                                         | 250 |  |  |  |  | Kasza jęczmienna gotowana                       | 200 |  |  |  |  | Kasza jęczmienna gotowana                   | 280 |  |  |  |  | Kasza jęczmienna gotowana                                       | 280 |  |  |  |  |          | 1        |
| Sauřówka z marchwi i jabłek                 | 120 |  |  |  |  | Sauřówka z marchwi i jabłek                                                       | 120 |  |  |  |  | Sauřówka z marchwi i jabłek                     | 100 |  |  |  |  | Sauřówka z marchwi i jabłek                 | 120 |  |  |  |  | Sauřówka z marchwi i jabłek                                     | 120 |  |  |  |  |          |          |
| Kompot wiřniowcowy bez cukru                | 300 |  |  |  |  | Kompot wiřniowcowy bez cukru                                                      | 300 |  |  |  |  | Kompot wiřniowcowy bez cukru                    | 300 |  |  |  |  | Kompot wiřniowcowy bez cukru                | 300 |  |  |  |  | Kompot wiřniowcowy bez cukru                                    | 300 |  |  |  |  |          |          |
| PODWIECZOREK                                |     |  |  |  |  | PODWIECZOREK                                                                      |     |  |  |  |  | PODWIECZOREK                                    |     |  |  |  |  | PODWIECZOREK                                |     |  |  |  |  | PODWIECZOREK                                                    |     |  |  |  |  |          |          |
| Buřdy o smaku ģmietankowym bez cukru        | 0   |  |  |  |  | Buřdy o smaku ģmietankowym bez cukru                                              | 0   |  |  |  |  | Buřdy o smaku ģmietankowym bez cukru            | 0   |  |  |  |  | Buřdy o smaku ģmietankowym bez cukru        | 150 |  |  |  |  | Buřdy o smaku ģmietankowym bez cukru                            | 0   |  |  |  |  |          | 7        |
| KOLACJA                                     |     |  |  |  |  | KOLACJA                                                                           |     |  |  |  |  | KOLACJA                                         |     |  |  |  |  | KOLACJA                                     |     |  |  |  |  | KOLACJA                                                         |     |  |  |  |  |          |          |
| Chleb pszenny                               | 80  |  |  |  |  | Chleb pszenny                                                                     | 0   |  |  |  |  | Chleb pszenny                                   | 130 |  |  |  |  | Chleb pszenny                               | 130 |  |  |  |  | Chleb pszenny                                                   | 130 |  |  |  |  |          | 1        |
| Chleb żytni pełnoziarnisty                  | 50  |  |  |  |  | Chleb żytni pełnoziarnisty                                                        | 110 |  |  |  |  | Chleb żytni pełnoziarnisty                      | 0   |  |  |  |  | Chleb żytni pełnoziarnisty                  | 0   |  |  |  |  | Chleb żytni pełnoziarnisty                                      | 0   |  |  |  |  |          | 1,11     |
| Masło ģmietankowe                           | 10  |  |  |  |  | Masło ģmietankowe                                                                 | 10  |  |  |  |  | Masło ģmietankowe                               | 15  |  |  |  |  | Masło ģmietankowe                           | 0   |  |  |  |  | Masło ģmietankowe                                               | 0   |  |  |  |  |          |          |
| Polędwica droźniowa                         | 50  |  |  |  |  | Polędwica droźniowa                                                               | 50  |  |  |  |  | Polędwica droźniowa                             | 50  |  |  |  |  | Polędwica droźniowa                         | 50  |  |  |  |  | Polędwica droźniowa                                             | 50  |  |  |  |  |          | 7,8,9,10 |
| Ser twarogowy chudy                         | 50  |  |  |  |  | Ser twarogowy chudy                                                               | 100 |  |  |  |  | Ser twarogowy chudy                             | 100 |  |  |  |  | Ser twarogowy chudy                         | 100 |  |  |  |  | Ser twarogowy chudy                                             | 100 |  |  |  |  |          | 7        |
| Cytryna                                     | 5   |  |  |  |  | Cytryna                                                                           | 5   |  |  |  |  | Cytryna                                         | 0   |  |  |  |  | Cytryna                                     | 0   |  |  |  |  | Cytryna                                                         | 0   |  |  |  |  |          |          |
| Pomidor                                     | 100 |  |  |  |  | Pomidor                                                                           | 100 |  |  |  |  | Pomidor bez skórki                              | 100 |  |  |  |  | Pomidor bez skórki                          | 100 |  |  |  |  | Pomidor bez skórki                                              | 100 |  |  |  |  |          |          |
| Herbata, napar bez cukru                    | 250 |  |  |  |  | Herbata, napar bez cukru                                                          | 250 |  |  |  |  | Herbata, napar bez cukru                        | 250 |  |  |  |  | Herbata, napar bez cukru                    | 250 |  |  |  |  | Herbata, napar bez cukru                                        | 250 |  |  |  |  |          |          |
| WARTOŚCI ODZYWCZE PRO-<br>DUKTÓW            |     |  |  |  |  | WARTOŚCI ODZYWCZE PRO-<br>DUKTÓW                                                  |     |  |  |  |  | WARTOŚCI ODZYWCZE PRO-<br>DUKTÓW                |     |  |  |  |  | WARTOŚCI ODZYWCZE PRO-<br>DUKTÓW            |     |  |  |  |  | WARTOŚCI ODZYWCZE PRO-<br>DUKTÓW                                |     |  |  |  |  |          |          |
| Ś II O K RAZEM                              |     |  |  |  |  | Ś II O K RAZEM                                                                    |     |  |  |  |  | Ś II O K RAZEM                                  |     |  |  |  |  | Ś II O K RAZEM                              |     |  |  |  |  | Ś II O K RAZEM                                                  |     |  |  |  |  |          |          |
| Procentowy uładek energii                   |     |  |  |  |  | Procentowy uładek energii                                                         |     |  |  |  |  | Procentowy uładek energii                       |     |  |  |  |  | Procentowy uładek energii                   |     |  |  |  |  | Procentowy uładek energii                                       |     |  |  |  |  |          |          |
| Energia kJ                                  |     |  |  |  |  | Energia kJ                                                                        |     |  |  |  |  | Energia kJ                                      |     |  |  |  |  | Energia kJ                                  |     |  |  |  |  | Energia kJ                                                      |     |  |  |  |  |          |          |
| Energia kcal                                |     |  |  |  |  | Energia kcal                                                                      |     |  |  |  |  | Energia kcal                                    |     |  |  |  |  | Energia kcal                                |     |  |  |  |  | Energia kcal                                                    |     |  |  |  |  |          |          |
| Tłuszcz                                     |     |  |  |  |  | Tłuszcz                                                                           |     |  |  |  |  | Tłuszcz                                         |     |  |  |  |  | Tłuszcz                                     |     |  |  |  |  | Tłuszcz                                                         |     |  |  |  |  |          |          |
| Kw. nasycone                                |     |  |  |  |  | Kw. nasycone                                                                      |     |  |  |  |  | Kw. nasycone                                    |     |  |  |  |  | Kw. nasycone                                |     |  |  |  |  | Kw. nasycone                                                    |     |  |  |  |  |          |          |
| Węglowodany                                 |     |  |  |  |  | Węglowodany                                                                       |     |  |  |  |  | Węglowodany                                     |     |  |  |  |  | Węglowodany                                 |     |  |  |  |  | Węglowodany                                                     |     |  |  |  |  |          |          |
| Cukry                                       |     |  |  |  |  | Cukry                                                                             |     |  |  |  |  | Cukry                                           |     |  |  |  |  | Cukry                                       |     |  |  |  |  | Cukry                                                           |     |  |  |  |  |          |          |
| Białko                                      |     |  |  |  |  | Białko                                                                            |     |  |  |  |  | Białko                                          |     |  |  |  |  | Białko                                      |     |  |  |  |  | Białko                                                          |     |  |  |  |  |          |          |
| Sól                                         |     |  |  |  |  | Sól                                                                               |     |  |  |  |  | Sól                                             |     |  |  |  |  | Sól                                         |     |  |  |  |  | Sól                                                             |     |  |  |  |  |          |          |
| Błonnik                                     |     |  |  |  |  | Błonnik                                                                           |     |  |  |  |  | Błonnik                                         |     |  |  |  |  | Błonnik                                     |     |  |  |  |  | Błonnik                                                         |     |  |  |  |  |          |          |
| Legenda: Alergeny występujące w produktach: |     |  |  |  |  | Legenda: Alergeny występujące w produktach:                                       |     |  |  |  |  | Legenda: Alergeny występujące w produktach:     |     |  |  |  |  | Legenda: Alergeny występujące w produktach: |     |  |  |  |  | Legenda: Alergeny występujące w produktach:                     |     |  |  |  |  |          |          |