

JADŁOSPIS DEKADOWY 21.12.2023

1 dzień czwartek

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA (1)		DIETA CUKRZYCOWA-DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRYSYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		DIETA LATWOSTRAWNA I DIETA PAKOWANA (2) I (12)		DIETA BOGATOBIALKOWA (9)		DIETA WĄTROBOWA-DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (5)		ALERGENY
Ilość g/ml		Ilość g/ml		Ilość g/ml		Ilość g/ml		Ilość g/ml		
Kawa laktaryzowana	30	Kawa laktaryzowana	0	Kawa laktaryzowana	30	Kawa laktaryzowana	30	Kawa laktaryzowana	30	
Mleko spożywcze 2% tłuszczu	150	Mleko spożywcze 2% tłuszczu	0	Mleko spożywcze 2% tłuszczu	150	Mleko spożywcze 2% tłuszczu	250	Mleko spożywcze 2% tłuszczu	150	1
Chleb pszenny	80	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	130	Chleb pszenny	130	Chleb pszenny	130	7
Chleb żytni pełnoziarnisty	50	Chleb żytni pełnoziarnisty	130	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1
Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	15	Masło śmietankowe	0	1,11
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	50	Serek twarogowy homogenizowany naturalny	50	Serek twarogowy homogenizowany naturalny	50	Serek twarogowy homogenizowany naturalny	100	Serek twarogowy homogenizowany naturalny	100	7
Polepewca z pierś kurczaka	30	Polepewca z pierś kurczaka	30	Polepewca z pierś kurczaka	30	Polepewca z pierś kurczaka	30	Polepewca z pierś kurczaka	30	
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	7,8,9,10
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	
Ogórek	50	Ogórek	50	Ogórek	0	Ogórek	0	Ogórek	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	250	Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150	
Masło z rodzynekami i orzechami	30	Masło z rodzynekami i orzechami	30	Masło z rodzynekami i orzechami	30	Masło z rodzynekami i orzechami	30	Masło z rodzynekami i orzechami	30	
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	1,3,9
Potrąwka z kurczaka z warzywami	120	Potrąwka z kurczaka z warzywami	120	Potrąwka z kurczaka z warzywami	120	Potrąwka z kurczaka z warzywami	120	Potrąwka z kurczaka z warzywami	120	1,3,9
Ryż pełnoziarnisty ugotowany	150	Ryż pełnoziarnisty ugotowany	150	Ryż biały	120	Ryż biały	150	Ryż biały	150	1
Fasolka gotowana	150	Fasolka gotowana	150	Fasolka gotowana	150	Fasolka gotowana	150	Fasolka gotowana	150	
Woda niegazowana	300	Woda niegazowana	300	Woda niegazowana	300	Woda niegazowana	300	Woda niegazowana	300	
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
Kiełbasa szykarska	40	Kiełbasa szykarska	40	Kiełbasa szykarska	40	Kiełbasa szykarska	0	Kiełbasa szykarska	40	7,8,9,10
Serek chudy jogurtowy	50	Serek chudy jogurtowy	50	Pomidor bez skórki	50	Serek chudy jogurtowy	100	Serek chudy jogurtowy	100	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	DIETA PODSTAWOWA (1)					DIETA CUKRZYCOWA-DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRYSYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)					DIETA LATWOSTRAWNA I DIETA PAKOWANA (2) I (12)					DIETA BOGATOBIALKOWA (9)					DIETA WĄTROBOWA-DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (5)				
	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
Energia kJ	2 779,10	850,50	2 164,50	2 139,50	7 933,60	1 841,50	850,50	2 164,50	2 071,50	7 028,40	2 794,55	850,50	2 838,00	1 869,40	8 352,45	2 794,55	850,50	3 270,00	1 870,45	8 785,50	2 750,35	850,50	3 270,00	2 235,70	9 106,55
Energia kcal	659,60	202,50	515,70	508,40	1 886,20	440,20	202,50	515,70	490,00	1 698,20	664,40	202,50	676,50	444,60	1 988,00	664,40	202,50	779,70	591,05	2 411,60	654,30	202,50	779,70	532,20	2 148,4
Tłuszcz	16,96	6,81	9,17	16,54	49,47	13,83	6,81	9,17	16,78	46,59	16,77	6,81	8,36	10,97	42,91	16,77	6,81	8,57	23,95	66,52	13,17	6,81	8,57	14,53	43,07
Kw. nasycone	9,72	2,18	2,60	9,16	23,67	7,91	2,18	2,60	9,21	21,91	9,63	2,18	2,45	5,39	20,24	9,63	2,18	2,53	14,35	35,59	15,24	3,37	2,53	7,37	19,19
Węglowodany	101,51	28,17	79,48	71,32	280,47	69,75	28,17	79,48	60,68	228,07	106,67	28,17	122,11	77,79	334,73	110,57	34,37	145,78	77,77	368,48	110,57	34,37	145,78	77,77	368,48
Cukry	14,69	8,64	6,47	6,31	36,10	9,83	8,64	6,47	8,98	33,92	11,72	8,64	9,05	9,91	39,32	15,62	12,64	9,77	5,62	43,65	13,61	8,64	9,77	5,65	37,07
Białko	27,15	9,90	23,47	20,79	81,31	18,99	9,90	23,47	20,07	72,43	27,42	9,90	25,66	15,30	78,28	33,18	14,20	27,67	22,15	97,20	31,31	9,90	27,67	27,19	96,07
Sól	2,34	0,33	1,83	2,43	6,93	2,17	0,33	1,83	2,44	6,77	2,32	0,33	1,82	2,38	6,86	2,44	0,49	1,83	2,32	7,07	2,35	0,33	1,83	2,40	6,91
Błonnik	7,60	2,91	21,90	7,35	38,86	8,88	2,91	21,90	8,63	41,42	6,66	2,91	10,83	1,20	21,60	6,66	2,91	11,55	9,93	31,05	6,66	2,91	11,55	6,45	27,57

Legenda: Alergeny występujące w produktach:

1. zboża zawierające gluten 2. skorupki i produkty pochodne, 3. jajka, 4. ryby 5. orzeski ziemne 6. soja, 7. mleko, 8. orzechy, 9. seler, 10. gorczyca, 11. nasiona sezamu, 12. dwutlenek tytanu, 13. lęknin, 14. mączka ziemniaczana

Podpis osoby zamawiającej: *M. 12.23.*
Magdalena Kwiatkowska
 Dietetyk
 Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

Podpis osoby zamawiającej: _____

JADŁOSPIS DEKADOWY 22.12.2023

2 dzień piątek
ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA (1)		DIETA CUKRZYCOWA - DIETA Z OGRANICZENIEM LĄTWO PRZYSMYJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		DIETA LATWOŚTRAWNA I DIETA PĄPKOWATA (2) (12)		DIETA BOGATOBIŁKOWA (9)		DIETA WĄTROBOWA - DIETA LATWOŚTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZY (5)		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	1,7															
Mleko spożywcze 2% tłuszczu	150	Mleko spożywcze 2% tłuszczu	0	Mleko spożywcze 2% tłuszczu	150	Mleko spożywcze 2% tłuszczu	0	Mleko spożywcze 2% tłuszczu	150	7															
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	1,1,1															
Masło smietankowe	10	Masło smietankowe	10	Masło smietankowe	10	Masło smietankowe	15	Masło smietankowe	0	7															
Dziem z czarnych porzeczek niskokaloryczny	30	Dziem z czarnych porzeczek niskokaloryczny	0	Dziem z czarnych porzeczek niskokaloryczny	30	Dziem z czarnych porzeczek niskokaloryczny	30	Dziem z czarnych porzeczek niskokaloryczny	30	7															
Jaja gotowane	120	Jaja gotowane	120	Jaja gotowane	120	Jaja gotowane	120	Jaja gotowane	60	8															
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																	
Serek twarogowy ziarnisty	150	Serek twarogowy ziarnisty	150	Serek twarogowy ziarnisty	150	Serek twarogowy ziarnisty	150	Serek twarogowy ziarnisty	150																
Mandarynki	30	Mandarynki	30	Mandarynki	30	Mandarynki	30	Mandarynki	30																
Bułka grahamka	50	Bułka grahamka	50	Bułka grahamka	50	Bułka grahamka	50	Bułka grahamka	50	2															
OBIAD		OBIAD		OBIAD		OBIAD		OBIAD																	
Zupa koperkowa	300	Zupa koperkowa	300	Zupa koperkowa	300	Zupa koperkowa	300	Zupa koperkowa	300	1,7,9															
Mirna pieczona	100	Mirna pieczona	100	Mirna pieczona	100	Mirna pieczona	120	Mirna pieczona	120	4															
Ziemniaki półne	200	Ziemniaki półne	200	Ziemniaki półne	120	Ziemniaki półne	200	Ziemniaki półne	200																
Surowka z kapusty kwaszonej	120	Surowka z kapusty kwaszonej	120	Marchewka z groszkiem	100	Marchewka z groszkiem	120	Marchewka z groszkiem	120																
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																
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	1,1,1															
Masło smietankowe	10	Masło smietankowe	10	Masło smietankowe	10	Masło smietankowe	15	Masło smietankowe	0	7															
Polegiewka drobiowa	50	Polegiewka drobiowa	50	Polegiewka drobiowa	50	Polegiewka drobiowa	50	Polegiewka drobiowa	50	7,8,9,10															
Ser twarogowy chudy	50	Ser twarogowy chudy	50	Ser twarogowy chudy	100	Ser twarogowy chudy	100	Ser twarogowy chudy	100	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	Ś	H	O	K	RAZEM					
Energia kJ	1 213,30	1 315,36	2 439,80	2 021,20	8 999,10	3 172,40	4 499,80	1 951,20	7 881,20	3 229,25	1 315,30	1 998,00	2 068,55	8 631,60	3 229,25	1 315,30	1 998,00	2 068,55	8 631,60	3 229,25	1 315,30	1 998,00	2 068,55	8 631,60	
Energia kcal	264,60	314,10	582,60	480,40	2 141,70	769,40	1 074,60	462,80	1 874,60	769,40	314,10	467,60	497,35	2 068,20	769,40	314,10	467,60	497,35	2 068,20	769,40	314,10	467,60	497,35	2 068,20	
Tłuszcz	23,99	7,46	11,23	18,51	55,52	19,04	7,46	11,23	11,08	58,81	23,97	7,46	15,10	14,16	68,70	23,97	7,46	15,10	14,16	68,70	23,97	7,46	15,10	14,16	68,70
Kw. nasycone	10,37	4,00	2,02	5,82	22,21	8,20	4,00	2,02	5,87	28,49	10,39	3,89	3,11	8,39	26,37	10,39	3,89	3,11	8,39	26,37	10,39	3,89	3,11	8,39	26,37
Węglowodany	112,46	42,36	94,17	71,19	328,17	61,89	42,36	94,17	60,55	258,87	117,57	42,36	78,17	78,11	317,21	117,57	42,36	78,17	78,11	317,21	117,57	42,36	78,17	78,11	317,21
Cukry	26,42	14,04	15,68	6,76	62,89	10,13	14,04	15,68	9,43	49,27	23,50	14,04	14,74	6,46	58,74	15,90	14,04	16,78	6,22	52,93	23,50	14,04	16,78	6,22	52,93
Białko	30,47	23,03	36,67	19,54	109,71	20,91	23,03	36,67	18,82	99,45	30,39	23,03	41,93	28,55	119,74	23,81	23,03	41,93	27,62	116,38	23,81	23,03	41,93	27,62	116,38
Sól	2,08	2,02	2,53	1,64	8,28	1,91	2,02	2,53	1,64	8,11	2,69	2,02	2,21	1,69	8,01	1,99	2,02	2,46	1,62	7,69	1,99	2,02	2,46	1,60	7,98
Blonnik	11,26	4,22	20,44	7,35	43,27	9,63	4,22	20,44	8,63	42,92	10,17	4,22	19,83	6,60	34,87	8,82	4,22	21,81	8,10	42,95	8,82	4,22	21,81	8,10	42,95

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 tiorku, 13. hubin, 14. miedziany

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby sporządzającej

Podpis osoby zatwierdzającej Ps

14.12.23.
Magdalena Kwiatkowska
Dietetyk
Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 23.12.2023

3 dzień sobota

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA (1)	DIETA CUKRZYCOWA - DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)	DIETA ŁATWOSTRAWNA I DIETA PAKOWANA (2) i (12)	DIETA BOGATOBIAŁKOWA (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 ryżowe	30	Płatki ryżowe	0	Płatki ryżowe	30	Płatki ryżowe	30	Płatki ryżowe	30	1
Mleko spodywne 2% tłuszczu	150	Mleko spodywne 2% tłuszczu	0	Mleko spodywne 2% tłuszczu	150	Mleko spodywne 2% tłuszczu	200	Mleko spodywne 2% tłuszczu	150	7
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
Jajecznica na parze	120	Jajecznica na parze	120	Jajecznica na parze	60	Jajecznica na parze	60	Jajecznica na parze	60	7
Kiełbasa szynkowa	60	Kiełbasa szynkowa	60	Kiełbasa szynkowa	60	Kiełbasa szynkowa	60	Kiełbasa szynkowa	60	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	50	Pomidor bez skórki	50	Pomidor bez skórki	50	
Papryka czerwona	50	Papryka czerwona	50	Papryka czerwona	0	Papryka czerwona	0	Papryka czerwona	0	
Salata	10	Salata	10	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	
Jabłko	100	Jabłko	100	Jabłko	100	Jabłko	100	Jabłko	100	
OBIAD		OBIAD		OBIAD		OBIAD		OBIAD		
Zupa pomidorowa z makaronem	300	Zupa pomidorowa z makaronem	300	Zupa pomidorowa z makaronem	300	Zupa pomidorowa z makaronem	300	Zupa pomidorowa z makaronem	300	1,3,7,9,10
Karczak gotowany w jarynach	120	Karczak gotowany w jarynach	120	Karczak gotowany w jarynach	130	Karczak gotowany w jarynach	130	Karczak gotowany w jarynach	130	1,6
Ziemniaki półne	200	Ziemniaki półne	200	Ziemniaki półne	200	Ziemniaki półne	200	Ziemniaki półne	200	
Kapusta pekińska z koprem i oliwą	150	Kapusta pekińska z koprem i oliwą	150	Kapusta pekińska z koprem i oliwą	150	Kapusta pekińska z koprem i oliwą	150	Kapusta pekińska z koprem i oliwą	150	7
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	
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	10	Masło śmietankowe	15	Masło śmietankowe	0	2
Baton z karczaka	50	Baton z karczaka	50	Baton z karczaka	50	Baton z karczaka	50	Baton z karczaka	50	7,8,9,10
Ser twarogowy chudy	50	Ser twarogowy chudy	50	Ser twarogowy chudy	100	Ser twarogowy chudy	100	Ser twarogowy chudy	100	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	Ś	H	O	K	RAZEM	
Energia kJ	1316,80	887,50	2367,00	2143,20	8714,50	2488,50	887,50	2367,00	2075,20	7818,20	2998,85	887,50	1722,00	2523,45	8129,80	2731,15	887,50	1722,00	2109,90	2440,55	
Energia kcal	797,50	212,50	564,80	509,40	2084,20	538,50	212,50	564,80	491,60	1897,40	720,00	212,50	564,80	601,85	2158,20	656,10	212,50	564,80	562,20	1935,6	
Tłuszcz	25,92	11,65	13,88	13,40	64,94	22,79	11,65	13,88	13,73	62,04	20,30	11,65	13,88	13,57	58,40	24,97	11,65	13,88	13,25	62,75	
Kw. nasycone	11,49	7,39	4,43	6,78	30,09	9,46	7,39	4,43	6,83	28,10	9,79	7,39	4,43	6,89	28,49	12,90	7,39	4,43	9,40	34,12	
Węglowodany	107,80	16,30	97,22	70,34	291,65	64,01	16,30	97,22	59,70	237,23	110,52	16,30	97,22	78,26	302,30	113,02	16,30	97,22	78,32	304,06	
Cukry	18,86	14,00	16,86	6,41	56,12	10,58	14,00	16,86	9,08	50,51	14,34	14,00	16,86	6,11	51,31	16,54	14,00	16,86	6,17	53,56	
Białko	36,70	12,40	19,82	27,49	96,41	28,87	12,40	19,82	26,77	87,86	30,65	12,40	19,82	37,80	100,67	32,40	12,40	19,82	37,61	102,23	
Sól	3,69	0,16	0,41	2,44	6,70	3,12	0,16	0,41	2,45	6,12	3,52	0,16	0,41	2,49	6,57	3,59	0,16	0,41	2,42	6,47	
Błonnik	8,70	2,00	11,69	7,35	29,74	9,77	2,00	11,69	8,63	32,09	6,87	2,00	11,69	0,60	21,16	6,87	2,00	11,69	9,93	30,49	

Legenda: Alergeny występujące w produktach:

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

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby sporządzającej

Podpis osoby zatwierdzającej Po

14.12.23.
 Magdalena Kwiatkowska
 Dietetyk
 Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 24.12.2021

4 dzień niepełni

ŚNIADANIE

DIETA POBSTAROWA (1)	DIETA CUKRZYCOWA-DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRYSYMAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)	DIETA LATWOOSTRAWNA I DIETA PAPKOWATA (2) (12)	DIETA BOGATOBIAŁKOWA (9)	DIETA WĄTROBOWA-DIETA LATWOOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (4)	ALERGENY					
Ilość g/ml		Ilość g/ml		Ilość g/ml		Ilość g/ml		Ilość g/ml		
Kasza manna	30	Kasza manna	0	Kasza manna	30	Kasza manna	30	Kasza manna	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	2
Chleb pszenny	30	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
Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	15	Masło śmietankowe	0	2
Jaja gotowane	120	Jaja gotowane	120	Jaja gotowane	120	Jaja gotowane	120	Jaja gotowane	60	3
Baton z kureczka	40	Baton z kureczka	60	Baton z kureczka	40	Baton z kureczka	40	Baton z kureczka	40	
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	20	Rzodkiewka	20	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	
Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor	0	Pomidor	0	Pomidor	0	
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	200	Serek twarogowy ziarnisty	150	
Mandarynki	30	Mandarynki	30	Mandarynki	30	Mandarynki	30	Mandarynki	30	
Bułka grahamka	50	Bułka grahamka	50	Bułka grahamka	50	Bułka grahamka	50	Bułka grahamka	50	
OBIAŁ		OBIAŁ		OBIAŁ		OBIAŁ		OBIAŁ		
Barszcz czerwony	300	Barszcz czerwony	300	Barszcz czerwony	300	Barszcz czerwony	300	Barszcz czerwony	300	
Mirana w sosie pomidorowym z warzywami	100	Mirana w sosie pomidorowym z warzywami	100	Mirana w sosie pomidorowym z warzywami	100	Mirana w sosie pomidorowym z warzywami	100	Mirana w sosie pomidorowym z warzywami	100	1, 2, 3
Ziemniaki późne	200	Ziemniaki późne	200	Ziemniaki późne	200	Ziemniaki późne	200	Ziemniaki późne	200	
Szpinak duszony	120	Szpinak duszony	120	Szpinak duszony	120	Szpinak duszony	120	Szpinak duszony	120	
Kompot z jabłek bez cukru	250	Kompot z jabłek bez cukru	250	Kompot z jabłek bez cukru	250	Kompot z jabłek bez cukru	250	Kompot z jabłek bez cukru	250	
KOLACJA		KOLACJA		KOLACJA		KOLACJA		KOLACJA		
Chleb pszenny	30	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
Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	15	Masło śmietankowe	0	2
Pasta z jaj i ryby gotowanej	50	Pasta z jaj i ryby gotowanej	50	Pasta z jaj i ryby gotowanej	50	Pasta z jaj i ryby gotowanej	50	Pasta z jaj i ryby gotowanej	50	2, 7
Salatka jarzynowa z jogurtem naturalnym	100	Salatka jarzynowa z jogurtem naturalnym	100	Salatka jarzynowa z jogurtem naturalnym	100	Salatka jarzynowa z jogurtem naturalnym	100	Salatka jarzynowa z jogurtem naturalnym	100	2
Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor bez skórki	50	Pomidor bez skórki	50	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	

WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW	Ilość					Ilość					Ilość					Ilość					Ilość										
	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	Ś	H	O	K	RAZEM	
Energia kJ	1 191,59	1 131,59	1 741,20	2 472,79	8 724,28	2 486,70	1 315,69	1 521,19	2 494,70	7 728,28	1 244,70	1 315,69	1 742,20	2 507,60	8 828,29	1 254,70	1 315,69	1 742,20	2 507,60	8 828,29	Energia kJ	2 426,20	1 315,69	1 742,20	2 507,60	8 828,29	1 254,70	1 315,69	1 742,20	2 507,60	8 828,29
Energia kcal	280,66	314,10	542,20	587,90	2 087,40	593,30	314,10	542,20	597,19	2 087,40	296,62	314,10	542,20	597,19	2 087,40	296,62	314,10	542,20	597,19	2 087,40	Energia kcal	579,20	314,10	542,20	597,19	2 087,40	296,62	314,10	542,20	597,19	2 087,40
Tłuszcz	25,03	7,46	11,21	22,68	66,39	31,40	7,46	11,21	22,92	67,00	24,94	7,46	11,21	22,51	66,14	24,94	7,46	11,21	22,51	Tłuszcz	14,14	5,29	14,2	10,88	32,93	116,31	44,61	92,80	85,67	332,78	
Kw. nasycone	11,05	4,00	3,42	7,69	24,07	9,78	4,00	3,42	7,65	24,05	11,03	4,00	3,42	7,57	30,71	11,03	4,00	3,42	7,57	Kw. nasycone	5,12	4,00	3,42	7,57	15,10	107,41	42,36	92,80	87,30	329,87	
Węglowodany	169,42	42,36	92,80	79,44	315,61	59,44	42,36	92,80	68,30	263,39	107,80	42,36	92,80	85,61	328,57	116,31	44,61	92,80	85,67	332,78	Węglowodany	117,52	14,64	17,51	5,35	48,42	35,74	25,63	15,12	10,33	92,22
Cukry	13,02	14,04	17,51	6,36	50,92	8,30	14,04	17,51	9,61	48,57	11,91	14,04	17,51	4,31	47,77	14,42	15,49	17,51	4,37	51,98	Cukry	33,74	25,63	15,12	10,33	92,22	2,81	2,40	1,37	2,59	9,36
Białko	36,49	31,91	15,12	19,58	93,32	39,59	31,91	15,12	18,86	87,54	36,39	23,01	15,12	19,99	94,53	36,15	29,18	15,12	10,95	101,49	Białko	2,88	2,92	1,37	2,58	8,85	7,94	4,23	11,72	15,42	39,31
Sól	2,74	2,82	1,37	2,59	8,72	2,89	2,82	1,37	2,59	8,88	2,74	2,82	1,37	2,59	8,72	2,81	2,40	1,37	2,59	9,36	Sól	2,88	2,92	1,37	2,58	8,85	7,94	4,23	11,72	15,42	39,31
Błonnik	8,60	4,22	11,72	10,00	34,54	9,13	4,22	11,72	11,28	36,36	7,94	4,22	11,72	9,25	27,13	7,94	4,22	11,72	9,25	27,13	Błonnik	7,94	4,22	11,72	9,25	27,13	7,94	4,22	11,72	9,25	27,13

Legenda: Alergeny występujące w produktach:

1. zboża zawierające gluten 2. skorupki i produkty pochodne, 3. jaj, 4. ryby 5. orzechy ziarna 6. soja, 7. mleko, 8. orzechy, 9. seler, 10. gorczyca, 11. nasiona sezamu, 12. dwulatek siarki, 13. huba, 14. mączka

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby sporządzającej

14.12.23.
Magdalena Kwiatkowska
Dietetyk
Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

Podpis osoby zatwierdzającej

JADŁOSPIS DEKADOWY 25.12.2023

5 dzień poniedziałek

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA (1)	DIETA KURKOWA - DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		DIETA LATWOSTRAWNA I DIETA PAKOWATA (2) i (12)		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (9)		DIETA WĄTKOBOWA - DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (9)		ALERGIY	
	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 2% tłuszczu	150	Mleko spożywcze 2% tłuszczu	0	Mleko spożywcze 2% tłuszczu	150	Mleko spożywcze 2% tłuszczu	200	Mleko spożywcze 2% tłuszczu	150	7
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
Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	0	Masło śmietankowe	15	Masło śmietankowe	0	2
Ser, Emmentaler pełnotłusty	60	Ser, Emmentaler pełnotłusty	60	Serek twarogowy homogenizowany naturalny	60	Serek twarogowy homogenizowany naturalny	100	Serek twarogowy homogenizowany naturalny	60	3
Polędwica z pierś kurczaka	50	Polędwica z pierś kurczaka	50	Polędwica z pierś kurczaka	50	Polędwica z pierś kurczaka	50	Polędwica z pierś kurczaka	50	1,3
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	50	Pomidor	50	Pomidor bez skórki	50	Pomidor bez skórki	50	Pomidor bez skórki	50	
Ogórek	50	Ogórek	50	Ogórek	50	Ogórek	0	Ogórek	0	
Salata	0	Salata	0	Salata	15	Salata	15	Salata	15	
II ŚNIADANIE										
Galaretki bez cukru	150	Galaretki bez cukru	150	Galaretki bez cukru	150	Galaretki bez cukru	150	Galaretki bez cukru	150	
Pomarańcza	100	Pomarańcza	100	Pomarańcza	100	Pomarańcza	100	Pomarańcza	100	
OBIAD										
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	
Filet z pierś kurczaka	100	Filet z pierś kurczaka	100	Filet z pierś kurczaka	100	Filet z pierś kurczaka	120	Filet z pierś kurczaka	120	
Makaron gotowany pełnoziarnisty	150	Makaron gotowany pełnoziarnisty	150	Makaron gotowany jasny	150	Makaron gotowany jasny	150	Makaron gotowany jasny	150	1,3
Buraki z jabłkami	120	Buraki z jabłkami	120	Buraki z jabłkami	120	Buraki z jabłkami	120	Buraki z jabłkami	120	
Woda niegazowana	300	Woda niegazowana	300	Woda niegazowana	300	Woda niegazowana	300	Woda niegazowana	300	
KOLACJA										
Chleb pszenny	80	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	130	Chleb pszenny	100	Chleb pszenny	110	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	50	Chleb żytni pełnoziarnisty	130	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1
Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	15	Masło śmietankowe	0	2
Saladka z tuńczykiem	50	Saladka z tuńczykiem	50	Saladka z tuńczykiem	50	Saladka z tuńczykiem	50	Saladka z tuńczykiem	50	4, 9, 10
Ser twarogowy chudy	50	Ser twarogowy chudy	50	Ser twarogowy chudy	50	Ser twarogowy chudy	50	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	DIETA PODSTAWOWA (1)					DIETA KURKOWA (6)					DIETA LATWOSTRAWNA I DIETA PAKOWATA (2) i (12)					DIETA BOGATOBIAŁKOWA (9)					DIETA WĄTKOBOWA (9)					
	S	H	O	K	RAZEM	S	H	O	K	RAZEM	S	H	O	K	RAZEM	S	H	O	K	RAZEM	S	H	O	K	RAZEM	
Energia kJ	3 567,40	510,00	1 678,40	2 232,20	9 088,00	2 742,20	530,00	3 678,40	2 164,20	9 088,00	2 906,65	510,60	2 193,40	2 267,10	7 877,15	2 906,65	510,60	2 285,40	2 092,05	7 794,10	Energia kJ	2 610,95	510,60	2 285,40	1 991,40	7 417,75
Energia kcal	849,20	122,00	398,00	530,90	2 388,10	651,30	122,00	880,00	513,30	2 122,60	692,60	122,60	536,50	540,10	1 891,20	720,75	122,00	560,70	398,35	1 901,50	Energia kcal	626,70	122,60	560,70	474,20	1 785,6
Tłuszcz	31,78	0,20	14,40	14,32	60,69	28,15	0,20	14,40	14,56	57,30	18,27	0,20	12,15	14,15	44,77	25,51	0,20	12,86	17,41	55,99	Tłuszcz	10,92	0,20	12,86	6,80	30,78
Kw. nasycone	18,09	0,02	3,45	6,24	27,81	16,16	0,02	3,45	6,29	25,92	10,35	0,02	2,93	6,21	19,51	15,36	0,02	3,13	8,67	22,17	Kw. nasycone	5,32	0,02	3,13	1,18	9,65
Węglowodany	98,88	13,10	137,46	74,99	324,43	59,41	13,10	137,46	64,35	274,32	105,66	13,10	79,41	81,17	279,33	92,48	13,10	79,41	64,42	249,41	Węglowodany	105,11	13,10	79,41	81,36	278,88
Cukry	17,19	10,15	22,29	6,36	55,99	3,49	10,15	22,29	9,93	49,95	15,83	10,15	17,34	4,31	47,64	19,16	10,15	17,34	4,07	50,71	Cukry	16,71	10,15	17,34	4,20	47,45
Białko	45,32	3,15	55,90	27,16	131,53	36,35	3,15	55,90	36,44	121,84	33,11	3,15	38,35	27,57	102,18	36,03	3,15	42,75	25,34	107,26	Białko	33,00	3,15	42,75	27,21	106,11
Sól	4,01	0,01	1,90	2,13	8,05	3,84	0,01	1,90	2,13	7,88	2,69	0,01	1,90	2,13	6,73	2,46	0,01	2,10	2,06	6,62	Sól	2,67	0,01	2,10	2,04	6,82
Błonnik	8,56	1,90	26,16	11,15	47,77	3,88	1,90	26,16	12,42	49,37	7,62	1,90	12,66	4,40	26,58	6,27	1,90	12,66	8,24	29,07	Błonnik	7,62	1,90	12,66	10,25	32,43

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. dw. atlenek siarki, 13. kabin, 14. mączka
Podpis osoby odpowiedzialnej Podpis osoby sporządzającej

Podpis osoby zatwierdzającej Pe

14.12.23.
Magdalena Kwiatkowska
Dietetyk
Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

6 dniów wsterek
ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA (1)		DIETA CIUKRY COWA -DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRYSYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		DIETA LATWOSTRAWNA/DIETA PAKOWATA (2) i (12)		DIETA ROGATOBALKOWA (9)		DIETA WĄTROBOWA - DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (5)		ALERGENY															
Ilość g/ml		Ilość g/ml		Ilość g/ml		Ilość g/ml		Ilość g/ml																	
Płatki jęczmieńne	30	Płatki jęczmieńne	0	Płatki jęczmieńne	30	Płatki jęczmieńne	30	Płatki jęczmieńne	30	1															
Mleko spżywacze 2% tłuszczu	150	Mleko spżywacze 2% tłuszczu	0	Mleko spżywacze 2% tłuszczu	150	Mleko spżywacze 2% tłuszczu	150	Mleko spżywacze 2% tłuszczu	150	2															
Chleb pszenny	80	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	110	Chleb pszenny	110	Chleb pszenny	110	1															
Chleb żytni pełnoziarnisty	50	Chleb żytni pełnoziarnisty	130	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1															
Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	15	Masło śmietankowe	0	2															
Ser twarogowy chudy	0	Ser twarogowy chudy	0	Ser twarogowy chudy	80	Ser twarogowy chudy	80	Ser twarogowy chudy	80	2,3															
Baton z kurczaka	40	Baton z kurczaka	40	Baton z kurczaka	20	Baton z kurczaka	20	Baton z kurczaka	20	3															
Serek śmietankowy	50	Serek śmietankowy	50	Serek śmietankowy	0	Serek śmietankowy	0	Serek śmietankowy	0	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	40	Pomidor	40	Pomidor bez skórki	50	Pomidor bez skórki	50	Pomidor bez skórki	50																
Salata	0	Salata	0	Salata	0	Salata	10	Salata	0																
II ŚNIADANIE		II ŚNIADANIE		II ŚNIADANIE		II ŚNIADANIE		II ŚNIADANIE																	
Budyń o smaku śmietankowym bez cukru	150	Budyń o smaku śmietankowym bez cukru	150	Budyń o smaku śmietankowym bez cukru	150	Budyń o smaku śmietankowym bez cukru	150	Budyń o smaku śmietankowym bez cukru	150																
Banan	100	Banan	100	Banan	100	Banan	100	Banan	100																
OBIAD		OBIAD		OBIAD		OBIAD		OBIAD																	
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																
Kotlet schabowy bez panierki	100	Kotlet schabowy bez panierki	100	Kotlet schabowy bez panierki	100	Kotlet schabowy bez panierki	100	Kotlet schabowy bez panierki	100	1,2, 3															
Ziemniaki półne	200	Ziemniaki półne	200	Ziemniaki półne	200	Ziemniaki półne	200	Ziemniaki półne	200																
Sarówka z kapuśy polskóidej, pomidora, ogórka kiszzonego	150	Sarówka z kapuśy polskóidej, pomidora, ogórka kiszzonego	150	Sarówka z kapuśy polskóidej, pomidora, ogórka kiszzonego	150	Sarówka z kapuśy polskóidej, pomidora, ogórka kiszzonego	150	Sarówka z kapuśy polskóidej, pomidora, ogórka kiszzonego	150																
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																
KOLACJA		KOLACJA		KOLACJA		KOLACJA		KOLACJA																	
Chleb pszenny	80	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	110	Chleb pszenny	110	Chleb pszenny	110	1															
Chleb żytni pełnoziarnisty	50	Chleb żytni pełnoziarnisty	130	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1															
Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	15	Masło śmietankowe	0	2															
Saladka z dorsza	60	Saladka z dorsza	60	Saladka z dorsza	60	Saladka z dorsza	60	Saladka z dorsza	60	2, 7															
Szynka kanapkowa	30	Szynka kanapkowa	30	Szynka kanapkowa	30	Szynka kanapkowa	30	Szynka kanapkowa	30	2															
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																
Cytryna	5	Cytryna	5	Cytryna	0	Cytryna	0	Cytryna	0																
WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW																									
	Ś	H	O	K	RAZEM	Ś	H	O	K	RAZEM	Ś	H	O	K	RAZEM	Energia kJ	Ś	H	O	K	RAZEM				
Energia kJ	1254,30	838,50	1386,00	2230,70	9111,40	2411,90	838,50	1352,10	2162,10	6948,20	2895,70	838,50	1389,00	2265,60	9581,80	2898,70	439,50	2941,00	2265,60	8572,80	2644,00	1988,90	7986,4		
Energia kcal	774,50	200,00	853,50	538,70	2368,70	573,90	200,00	853,50	513,10	2148,50	658,10	200,00	853,50	539,00	2201,50	122,45	105,00	853,50	572,85	2253,80	474,00	1083,50	2054,7		
Tłuszcz	30,84	3,00	14,30	19,10	67,23	27,00	3,00	14,30	19,34	63,63	15,27	3,00	14,30	18,93	51,50	18,97	3,00	14,30	22,61	58,87	7,82	2,70	14,30	11,58	36,50
Białko	17,50	1,77	2,70	6,41	28,38	15,52	1,77	2,70	6,45	26,45	8,07	1,77	2,70	6,37	18,92	10,59	1,77	2,70	8,89	23,95	3,04	1,65	2,70	1,35	8,74
Węglowodany	101,14	38,35	130,87	73,28	343,63	59,33	38,35	130,87	62,64	291,18	108,70	38,35	130,87	79,45	357,37	109,05	38,35	130,87	79,51	357,77	148,59	14,85	130,87	79,34	333,65
Cukry	15,86	26,40	21,42	8,51	72,18	8,84	26,40	21,42	11,38	67,83	15,07	26,40	21,42	6,46	69,35	15,28	26,40	21,42	6,52	69,61	14,96	6,90	21,42	6,35	49,63
Białko	27,43	5,80	45,75	19,38	98,35	18,66	5,80	45,75	18,66	88,87	36,07	5,80	45,75	19,79	108,21	37,07	5,80	45,75	19,85	108,46	36,76	4,80	45,75	19,68	106,99
Sól	3,73	0,16	1,11	3,44	8,43	3,07	0,16	1,11	3,44	7,78	2,64	0,16	1,11	3,43	7,35	2,65	0,16	1,11	3,43	7,36	2,62	0,16	1,11	3,41	7,30
Błonnik	10,11	1,85	11,05	8,13	31,14	8,51	1,85	11,05	9,41	30,82	9,33	1,85	11,05	1,38	23,61	9,47	1,85	11,05	13,49	35,86	9,33	0,15	11,05	7,33	27,76

Legenda: Alergeny występujące w produktach:

1. zboża zawierające gluten 2. skorupki i produkty pochodne, 3. jaja, 4. ryby 5. orzechy ziemne 6. soja, 7. mleka 8. orzechy, 9. seler, 10. gorczyca, 11. nasiona sezamu, 12. dwudziestki, 13. huby, 14. męczaki
Pudło osoby zawierającej Pudło osoby spożywającej

Pudło osoby zawierającej 76

14.12.23
Magdalena Kwiatkowska
Dietetyk
Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 27.12.2023

7 dzień środy
ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA (1)	DIETA CIKRZYCOWA - DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		DIETA LATWOŚTRAWNA DIETA PAKOWANA (2) (3)		DIETA BOGATOBIALKOWA (9)		DIETA WĄTROBOWA - DIETA LATWOŚTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (5)		ALERGENY
	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	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	7
Chleb pszenny	30	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	130	Chleb pszenny	130	Chleb pszenny	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	50	Chleb żytni pełnoziarnisty	130	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	1,11
Masło smietankowe	10	Masło smietankowe	10	Masło smietankowe	10	Masło smietankowe	0	Masło smietankowe	7
Kiełbasa szynkowa	40	Kiełbasa szynkowa	40	Kiełbasa szynkowa	40	Kiełbasa szynkowa	40	Kiełbasa szynkowa	7,8 9,10
Serek chudy jogurtowy	60	Serek chudy jogurtowy	60	Serek chudy jogurtowy	60	Serek chudy jogurtowy	100	Serek chudy jogurtowy	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	
Cytryna	5	Cytryna	5	Cytryna	0	Cytryna	0	Cytryna	
Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor bez skórki	50	Pomidor bez skórki	50	Pomidor bez skórki	
Salata	15	Salata	15	Salata	15	Salata	15	Salata	
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	7
Jabłko	100	Jabłko	50	Jabłko	100	Jabłko	100	Jabłko	
OBIAD		OBIAD		OBIAD		OBIAD		OBIAD	
Zupa ogórkowa	300	Zupa ogórkowa	300	Zupa ogórkowa	300	Zupa ogórkowa	300	Zupa ogórkowa	7
Tofu w sosie pomidorowym z bazylią	150	Tofu w sosie pomidorowym z bazylią	150	Tofu w sosie pomidorowym z bazylią	150	Tofu w sosie pomidorowym z bazylią	150	Tofu w sosie pomidorowym z bazylią	6
Makaron gotowany pełnoziarnisty	150	Makaron gotowany pełnoziarnisty	150	Makaron spaghetti gotowany	150	Makaron spaghetti gotowany	150	Makaron spaghetti gotowany	1,3,
Kapusta pekińska z koperem i oliwą	150	Kapusta pekińska z koperem i oliwą	150	Kapusta pekińska z koperem i oliwą	150	Kapusta pekińska z koperem i oliwą	150	Kapusta pekińska z koperem i oliwą	9,1
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	
KOLACJA		KOLACJA		KOLACJA		KOLACJA		KOLACJA	
Chleb pszenny	30	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	130	Chleb pszenny	130	Chleb pszenny	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	50	Chleb żytni pełnoziarnisty	130	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	1,11
Masło smietankowe	10	Masło smietankowe	10	Masło smietankowe	10	Masło smietankowe	0	Masło smietankowe	7
Salatka jarzynowa	80	Salatka jarzynowa	80	Salatka jarzynowa	80	Salatka jarzynowa	80	Salatka jarzynowa	3,7, 9
Szynka kanapkowa	40	Szynka kanapkowa	40	Szynka kanapkowa	40	Szynka kanapkowa	30	Szynka kanapkowa	7,8 9,10
Serek twarogowy ziarnisty	0	Serek twarogowy ziarnisty	0	Serek twarogowy ziarnisty	0	Serek twarogowy ziarnisty	150	Serek twarogowy ziarnisty	7
Pomidor	40	Pomidor	40	Pomidor bez skórki	40	Pomidor bez skórki	50	Pomidor bez skórki	
Cytryna	5	Cytryna	5	Cytryna	0	Cytryna	0	Cytryna	
Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	

WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW																										
	Ś	H	O	K	RAZEM	Ś	H	O	K	RAZEM	Ś	H	O	K	RAZEM	Ś	H	O	K	RAZEM						
Energia kJ	2 996,95	474,50	1 954,00	2 435,00	9 859,35	2 147,45	476,00	1 521,10	2 367,90	6 512,45	3 011,85	572,50	2 788,50	2 478,80	8 863,65	2 618,00	379,50	2 143,50	2 479,30	7 613,70	Energia kJ	2 343,20	379,50	2 143,50	2 158,70	7024,9
Energia kcal	712,90	136,00	936,75	580,39	2 366,45	509,90	113,00	936,75	563,20	2 121,95	722,10	136,00	663,75	590,90	2 111,85	779,45	90,00	663,75	612,15	2 145,35	Energia kcal	557,50	90,00	663,75	515,40	1826,65
Tłuszcz	22,83	3,40	15,92	18,09	60,20	17,88	3,30	15,92	18,29	55,29	22,66	3,40	13,97	17,89	57,92	29,14	5,40	13,97	20,72	69,22	Tłuszcz	19,71	3,40	13,97	10,12	47,20
Białko	11,98	1,83	4,17	7,42	25,40	9,86	1,81	4,17	7,47	23,31	11,95	1,83	3,72	7,39	24,89	16,52	3,01	3,72	12,18	35,43	Białko	9,54	1,83	3,72	2,20	17,29
Węglowodany	160,19	21,40	153,98	77,46	363,02	61,41	15,35	153,98	66,82	297,55	106,37	21,40	108,98	83,63	320,37	106,34	27,60	108,98	80,14	323,05	Węglowodany	104,02	21,40	108,98	83,74	318,14
Cukry	14,75	15,80	20,51	6,46	57,51	9,50	10,90	20,51	9,13	50,03	12,71	15,80	15,86	4,41	48,77	13,76	19,80	15,86	7,99	57,40	Cukry	10,57	6,00	15,86	4,39	36,82
Białko	39,94	6,85	40,57	16,90	95,27	21,55	6,65	40,57	16,18	84,96	31,35	6,85	27,08	17,56	82,84	31,29	11,15	27,08	32,42	101,93	Białko	23,41	6,45	27,08	15,87	72,80
Sól	2,62	0,24	0,86	2,77	6,49	2,45	0,24	0,86	2,78	6,32	2,62	0,24	0,85	2,84	6,56	1,88	0,40	0,85	2,84	5,96	Sól	2,53	0,24	0,85	2,40	6,00
Błonnik	9,63	2,00	24,38	9,23	45,24	8,84	1,00	24,38	10,51	44,73	8,73	2,00	9,68	2,48	22,89	8,73	2,00	9,68	11,11	31,51	Błonnik	8,73	0,00	9,68	9,45	26,86

Legenda: Alergeny występujące w produktach:

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

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby sporządzającej

Podpis osoby zatwierdzającej Do

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

4 dzień szwatek
ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA (1)	DIETA UKRZYCZOWA - DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)	DIETA LATHOSTRAWNA I DIETA PAKROBYTA (2) (12)	DIETA BOGATOBIAŁKOWA (9)	DIETA WYSTRZAWA - DIETA LATHOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZY (3)	ALERGENY			
Ilość g/ml		Ilość g/ml		Ilość g/ml		Ilość g/ml		
Klaski lane na mleku	180	Klaski lane na mleku	180	Klaski lane na mleku	180	Klaski lane na mleku	180	1
Chleb pszenny	80	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	130	Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	50	Chleb żytni pełnoziarnisty	130	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	15	Masło śmietankowe	0	7
Serek śmietankowy z chrzanem	50	Serek śmietankowy z chrzanem	50	Ser twarogowy półtłusty w kawałku	100	Ser twarogowy półtłusty w kawałku	80	7
Półdrożdża drożdżowa	40	Półdrożdża drożdżowa	40	Półdrożdża drożdżowa	40	Półdrożdża drożdżowa	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	
Cytryna	5	Cytryna	5	Cytryna	0	Cytryna	0	
Pomidor	0	Pomidor	0	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	
Papryka czerwona	100	Papryka czerwona	100	Papryka czerwona	0	Papryka czerwona	0	
Salata	10	Salata	10	Salata	10	Salata	10	
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	7
Banan	120	Banan	120	Banan	120	Banan	120	
OBIAD		OBIAD		OBIAD		OBIAD		
Zupa kalafiorowa I	300	Zupa kalafiorowa I	300	Zupa kalafiorowa I	300	Zupa kalafiorowa I	300	7,9
Bitki wieprzowe w zaryznach	100	Bitki wieprzowe w zaryznach	100	Bitki wieprzowe w zaryznach	100	Bitki wieprzowe w zaryznach	100	1, 3,6,9
Kasza jęczmienna gotowana	150	Kasza jęczmienna gotowana	150	Kasza jęczmienna gotowana	150	Kasza jęczmienna gotowana	150	1
Buraki z jabłkami	120	Buraki z jabłkami	120	Buraki z jabłkami	120	Buraki z jabłkami	120	
Kompot wielowocowy bez cukru	300	Kompot wielowocowy bez cukru	300	Kompot wielowocowy bez cukru	300	Kompot wielowocowy bez cukru	300	
KOŁACJA		KOŁACJA		KOŁACJA		KOŁACJA		
Chleb pszenny	80	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	130	Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	50	Chleb żytni pełnoziarnisty	130	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	15	Masło śmietankowe	0	7
Kielbasa szykowna	50	Kielbasa szykowna	50	Kielbasa szykowna	0	Kielbasa szykowna	40	7,8,9,10
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	40	Serek twarogowy homogenizowany naturalny	40	Serek twarogowy homogenizowany naturalny	100	Serek twarogowy homogenizowany naturalny	50	7
Pomidor	50	Pomidor	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	3,7
Cytryna	5	Cytryna	5	Cytryna	0	Cytryna	0	

WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW	I					II					III					IV					RAZEM
	Ś	H	O	K	RAZEM	Ś	H	O	K	RAZEM	Ś	H	O	K	RAZEM	Ś	H	O	K	RAZEM	
Energia kJ	2 903,90	858,33	2 290,90	1 029,90	8 082,00	3 310,90	858,33	1 571,10	1 961,30	6 652,20	2 816,30	858,33	2 290,90	1 064,80	4 818,30	2 816,30	858,33	2 290,90	1 064,80	1 961,30	7 931,30
Energia kcal	697,90	204,00	699,50	482,30	2 065,70	596,10	204,00	699,50	468,70	1 986,30	671,60	204,00	699,50	491,50	2 056,60	671,60	204,00	699,50	491,50	1 961,30	4 818,30
Tłuszcz	27,88	3,36	22,42	14,44	68,07	22,42	3,36	22,42	14,44	62,97	19,64	3,36	22,42	14,27	59,78	23,81	4,36	22,42	30,45	71,83	19,64
Kw. nasycone	18,80	1,91	7,25	7,99	35,78	11,44	1,91	7,25	8,04	36,64	11,61	1,91	17,77	7,98	38,64	13,96	2,52	7,25	12,71	36,46	11,61
Węglowodany	81,09	37,50	160,69	71,26	290,53	65,21	37,50	190,69	46,62	244,81	92,72	37,50	160,69	77,43	308,34	93,16	40,60	160,69	77,57	312,01	93,16
Cukry	17,49	29,40	21,56	5,98	74,82	12,60	29,40	21,96	8,64	72,60	14,70	29,40	21,96	3,91	69,99	15,34	31,40	21,96	8,42	74,11	15,34
Białko	29,03	7,65	26,49	18,94	78,11	12,83	7,65	26,49	18,22	67,19	32,69	7,65	26,49	18,35	67,49	35,64	9,56	26,49	17,71	91,43	35,64
Sól	2,24	0,34	0,48	2,62	5,57	2,04	0,34	0,48	2,62	5,38	1,88	0,34	0,48	2,61	5,21	1,90	0,32	0,48	2,61	5,31	1,90
Błonnik	9,57	2,04	19,56	7,33	38,52	18,67	2,04	19,56	8,63	40,90	7,37	2,04	19,56	8,68	29,57	7,37	2,04	19,56	14,13	43,10	7,37

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. huby, 14. mączki
Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby sporządzającej

Podpis osoby zatwierdzającej

14.12.23.
Magdalena Kwiatkowska
Dietetyk
Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 30.12.2023

10 dzień sobota

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA (1)					DIETA CIUKRY COWA - DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRYSYMAJĄCYCH WĘGLOWODANÓW (6)					DIETA LATWOSTRAWNA I DIETA PAKOWANA (2) I (12)					DIETA BOGATOBIALKOWA (9)					DIETA WĄTBORWA - DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)					ALERGENY				
Hość g/ml					Hość g/ml					Hość g/ml					Hość g/ml					Hość g/ml									
Płatki kukurydziane	30				Płatki kukurydziane	0				Płatki kukurydziane	30				Płatki kukurydziane	30				Płatki kukurydziane	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	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				1,1,1				
Masło śmietankowe	10				Masło śmietankowe	10				Masło śmietankowe	10				Masło śmietankowe	15				Masło śmietankowe	0				7				
Ser, Edamski tłusty	50				Ser, Edamski tłusty	50				Ser twarogowy półtłusty w kawalku	50				Ser twarogowy półtłusty w kawalku	100				Ser twarogowy półtłusty w kawalku	100				7				
Polejwica drobiowa	30				Polejwica drobiowa	30				Polejwica drobiowa	30				Polejwica drobiowa	0				Polejwica drobiowa	0				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	50				Pomidor bez skórki	50				Pomidor bez skórki	50								
Ogórek	50				Ogórek	50				Ogórek	0				Ogórek	0				Ogórek	0								
Salata	0				Salata	0				Salata	15				Salata	15				Salata	15								
II ŚNIADANIE					II ŚNIADANIE					II ŚNIADANIE					II ŚNIADANIE					II ŚNIADANIE									
Napój mleczny jogurtowy	150				Napój mleczny jogurtowy	150				Napój mleczny jogurtowy	150				Napój mleczny jogurtowy	250				Napój mleczny jogurtowy	150				7				
Jabłko	100				Jabłko	100				Jabłko	100				Jabłko	100				Jabłko	100								
OBIAD					OBIAD					OBIAD					OBIAD					OBIAD									
Zupa brokułowa	300				Zupa brokułowa	300				Zupa brokułowa	300				Zupa brokułowa	300				Zupa brokułowa	300				1,7,9				
Kotlety sojowe duszone	120				Kotlety sojowe duszone	120				Kotlety sojowe duszone	120				Kotlety sojowe duszone	120				Kotlety sojowe duszone	80				1,3,6				
Ziemniaki półne	200				Ziemniaki półne	200				Ziemniaki półne	120				Ziemniaki półne	200				Ziemniaki półne	200				1				
Marchewka z groszkiem	100				Marchewka z groszkiem	100				Marchewka z groszkiem	100				Marchewka z groszkiem	100				Marchewka z groszkiem	100				1,7				
Woda niegazowana	300				Woda niegazowana	300				Woda niegazowana	300				Woda niegazowana	300				Woda niegazowana	300								
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				1,1,1				
Masło śmietankowe	10				Masło śmietankowe	10				Masło śmietankowe	10				Masło śmietankowe	15				Masło śmietankowe	0				7				
Szynka wędzona gotowana	40				Szynka wędzona gotowana	40				Szynka wędzona gotowana	40				Szynka wędzona gotowana	0				Szynka wędzona gotowana	40				7,8,9,10				
Salatka jarzynowa z jogurtem naturalnym	80				Salatka jarzynowa z jogurtem naturalnym	80				Salatka jarzynowa z jogurtem naturalnym	80				Salatka jarzynowa z jogurtem naturalnym	80				Salatka jarzynowa z jogurtem naturalnym	80				1,7,9				
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					WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW					WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW					WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW					WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW									
<i>Energia kJ</i>	3 203,40	709,00	3 084,00	2 255,70	9 252,10	<i>Energia kJ</i>	2 357,70	709,00	3 084,00	2 187,70	8 337,90	<i>Energia kJ</i>	2 840,85	709,00	2 798,40	2 290,60	8 638,85	<i>Energia kJ</i>	2 840,85	709,00	3 084,00	1 736,35	8 360,20	<i>Energia kJ</i>	1 734,65	709,00	2 560,00	2 014,90	3018,55
<i>Energia kcal</i>	762,10	169,00	746,40	536,30	2 213,80	<i>Energia kcal</i>	559,10	169,00	746,40	518,70	1 993,20	<i>Energia kcal</i>	676,90	169,00	678,40	545,50	2 089,80	<i>Energia kcal</i>	701,35	251,00	746,40	410,55	2 109,30	<i>Energia kcal</i>	651,70	169,00	617,60	479,60	1917,9
<i>Tłuszcz</i>	25,63	3,25	10,35	18,11	57,33	<i>Tłuszcz</i>	22,12	3,25	10,35	18,35	54,06	<i>Tłuszcz</i>	16,09	3,25	10,27	17,04	47,55	<i>Tłuszcz</i>	22,01	5,15	10,35	13,81	51,38	<i>Tłuszcz</i>	10,40	3,25	9,95	10,59	34,19
<i>Białko</i>	14,50	1,75	2,47	8,28	27,00	<i>Białko</i>	12,59	1,75	2,47	8,32	25,13	<i>Białko</i>	8,86	1,75	2,46	8,24	21,31	<i>Białko</i>	13,10	2,89	2,47	8,15	26,60	<i>Białko</i>	10,40	1,75	2,39	3,22	17,77
<i>Węglowodany</i>	183,01	30,25	92,92	77,18	383,25	<i>Węglowodany</i>	99,04	30,25	92,92	66,54	249,54	<i>Węglowodany</i>	109,97	30,25	76,42	83,35	299,99	<i>Węglowodany</i>	96,96	40,85	20,73	3,34	258,34	<i>Węglowodany</i>	110,73	30,25	94,14	83,24	308,36
<i>Cukry</i>	18,04	27,95	20,78	6,05	72,82	<i>Cukry</i>	8,72	27,95	20,78	8,72	66,16	<i>Cukry</i>	26,62	6,40	64,33	19,16	116,51	<i>Cukry</i>	20,09	40,85	20,73	3,34	84,98	<i>Cukry</i>	18,28	27,95	16,22	3,89	66,44
<i>Błonnik</i>	3,41	0,23	2,12	2,67	8,43	<i>Błonnik</i>	2,37	0,23	2,12	2,67	7,39	<i>Błonnik</i>	2,08	0,23	2,11	2,67	7,08	<i>Błonnik</i>	35,45	10,40	65,85	10,37	122,06	<i>Błonnik</i>	15,62	6,40	46,77	18,80	107,59
	9,58	2,09	29,24	9,35	50,47		8,88	2,09	29,24	10,63	50,75		8,64	2,09	27,96	2,60	41,20		7,29	2,00	29,24	7,70	46,23		8,64	2,00	22,56	8,45	41,65

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. kabin 14. mierniki

Podpis osoby żywieniowej Podpis osoby sprawdzającej

Podpis osoby żywieniowej Po

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