JADŁOSPIS DEKADOWY 21.06.2026

I dzień niedziela

DIETA PODSTAWOWA (D01)

ŚNIADANIE	Ilość g/ml
Płatki kukurydziane	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	60
Chleb żytni pełnoziarnisty	30
Masło śmietankowe	10
Kiełbasa szynkowa	40
Serek chudy jogurtowy	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	100
Sałata	0
II ŚNIADANIE	
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	150
Banan	100
OBIAD	
Barszcz biały vege	300
Klopsiki mielone z mięsa mieszanego	80
Kasza jęczmienna gotowana	230
Buraki czerwone z cytryną i oliwą	150
Sos pieczeniowy jasny	30
Kompot z jabłek bez cukru	
PODWIECZOREK	
Serek grani naturalny	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	80
Chleb żytni pełnoziarnisty	50
Masło śmietankowe	10
Sałatka grecka z sosem winegret	80
Szynka kanapkowa	40
Pomidor	100
Cytryna	5
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)

	Ilość g/ml
Płatki kukurydziane	0
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	0
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	90
Masło śmietankowe	10
Kiełbasa szynkowa	40
Serek chudy jogurtowy	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	100
Sałata	0
II ŚNIADANIE	
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	150
Banan	100
OBIAD	
Barszcz biały vege	300
Klopsiki mielone z mięsa mieszanego	80
Kasza jęczmienna gotowana	230
Buraki czerwone z cytryną i oliwą	150
Sos pieczeniowy jasny	30
Kompot z jabłek bez cukru	0
PODWIECZOREK	
Serek grani naturalny	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	130
Masło śmietankowe	10
Sałatka grecka z sosem winegret	80
Szynka kanapkowa	40
Pomidor	100
Cytryna	5
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA ŁATWOSTRAWNA, DIETA PAPKOWATA i PRZETARTA (D02) i (D11, D10)

	Ilość g/ml
Płatki kukurydziane	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	90
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Kiełbasa szynkowa	40
Serek chudy jogurtowy	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Sałata	15
II ŚNIADANIE	
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	150
Banan	100
OBIAD	
Barszcz biały vege	300
Klopsiki mielone z mięsa mieszanego	80
Kasza jęczmienna gotowana	280
Buraki czerwone z cytryną i oliwą	150
Sos pieczeniowy jasny	30
Kompot z jabłek bez cukru	0
PODWIECZOREK	
Serek grani naturalny	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Sałatka grecka z sosem winegret	80
Szynka kanapkowa	40
Pomidor bez skórki	100
Cytryna	0
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)

	Ilość g/ml
Płatki kukurydziane	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	0
Chleb pszenny	60
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Kiełbasa szynkowa	40
Serek chudy jogurtowy	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Sałata	15
II ŚNIADANIE	
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	150
Banan	100
OBIAD	
Barszcz biały vege	300
Klopsiki mielone z mięsa mieszanego	80
Kasza jęczmienna gotowana	230
Buraki czerwone z cytryną i oliwą	150
Sos pieczeniowy jasny	30
Kompot z jabłek bez cukru	0
PODWIECZOREK	
Serek grani naturalny	100
KOLACJA	
Chleb pszenny	100
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Sałatka grecka z sosem winegret	80
Szynka kanapkowa	40
Pomidor bez skórki	100
Cytryna	0
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)

	Ilość g/ml	ALERGENY
Płatki kukurydziane	30	1
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	7
Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Kiełbasa szynkowa	40	7
Serek chudy jogurtowy	60	7,8,9,10
Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	0	
Pomidor bez skórki	100	
Sałata	15	
II ŚNIADANIE		
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	150	7
Banan	100	
OBIAD		
Barszcz biały vege	300	1,7,9
Klopsiki mielone z mięsa mieszanego	80	1, 6
Kasza jęczmienna gotowana	230	1
Buraki czerwone z cytryną i oliwą	150	12
Sos pieczeniowy jasny	0	
Kompot z jabłek bez cukru	0	
PODWIECZOREK		
Serek grani naturalny	0	
KOLACJA		
Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Sałatka grecka z sosem winegret	80	7,8,9,10
Szynka kanapkowa	40	7,8,9,10
Pomidor bez skórki	100	7
Cytryna	0	
Herbata, napar bez cukru	250	

WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*31,325186*	*12,48329*	*31,51136*	*24,68016*	*100*
Energia kJ	2 760,20	1 093,50	2 761,00	2 182,50	**8 797,20**
Energia kcal	656,20	261,50	660,10	517,00	**2 094,80**
Tłuszcz	21,72	11,55	17,08	16,84	**67,19**
Kw. nasycone	11,92	7,47	5,13	8,65	**33,17**
Węglowodany	87,54	27,70	108,53	73,47	**297,23**
Cukry	19,04	23,70	9,29	7,83	**59,86**
Białko	32,34	13,00	21,70	20,70	**87,74**
Sól	3,85	0,15	0,96	2,85	**7,81**
Błonnik	7,81	1,70	19,18	8,67	**37,36**
Sód	1 538,45	61,00	384,64	1 141,65	**3 125,74**

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*24,59938*	*13,87562*	*35,026*	*26,49899*	*100*
Energia kJ	1 956,50	1 093,50	2 761,00	2 114,50	**7 925,50**
Energia kcal	463,60	261,50	660,10	499,40	**1 884,60**
Tłuszcz	18,90	11,55	17,08	17,08	**64,61**
Kw. nasycone	10,35	7,47	5,13	8,70	**31,65**
Węglowodany	46,98	27,70	108,53	62,83	**246,03**
Cukry	8,59	23,70	9,29	10,50	**52,38**
Białko	24,63	13,00	21,70	19,98	**79,31**
Sól	2,30	0,15	0,96	2,86	**6,77**
Błonnik	6,79	1,70	19,18	9,95	**37,62**
Sód	1 121,45	661,90	384,64	1 142,45	**3 310,44**

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*30,52384*	*12,03738*	*33,216719*	*24,22206*	*100*
Energia kJ	2 786,65	1 093,50	3 018,50	2 217,40	**9 116,05**
Energia kcal	663,10	261,50	721,60	526,20	**2 172,40**
Tłuszcz	21,64	11,55	17,30	16,67	**67,17**
Kw. nasycone	11,90	7,47	5,18	8,62	**33,17**
Węglowodany	91,49	27,70	122,64	79,65	**321,47**
Cukry	17,89	23,70	9,43	5,78	**56,80**
Białko	32,78	13,00	22,83	21,11	**89,72**
Sól	3,85	0,15	0,97	2,85	**7,82**
Błonnik	7,44	1,70	21,08	1,92	**32,14**
Sód	7,44	1,70	21,08	1,92	**32,14**

	Ś	II	O	P	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*25,45468*	*13,03005*	*32,89152*	*4,484528*	*24,1592197*	*100*
Energia kJ	2 786,65	1 093,50	2 761,00	376,00	2 042,35	**9 059,50**
Energia kcal	510,85	261,50	660,10	90,00	484,45	**2 006,90**
Tłuszcz	21,05	11,55	17,08	4,00	19,93	**73,61**
Kw. nasycone	12,36	7,47	5,13	2,80	11,08	**38,84**
Węglowodany	65,96	27,70	108,53	2,40	62,90	**267,49**
Cukry	9,94	23,70	9,29	2,00	5,54	**50,47**
Białko	20,50	13,00	21,70	10,60	18,87	**84,67**
Sól	2,55	0,15	0,96	0,70	2,78	**7,14**
Błonnik	6,09	1,70	19,18	0,00	8,44	**35,41**
Sód	1 018,80	61,00	384,64	280,00	1 744,44	**3 488,88**

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*32,39298*	*12,89702*	*32,00829*	*22,70172*	*100*
Energia kJ	2 759,35	1 093,50	2 715,10	1 941,70	**8509,65**
Energia kcal	656,80	261,50	649,00	460,30	**2027,6**
Tłuszcz	13,25	11,55	16,81	9,32	**50,94**
Kw. nasycone	6,39	7,47	4,98	3,59	**22,43**
Węglowodany	110,26	27,70	106,73	79,54	**324,22**
Cukry	17,98	23,70	8,78	5,67	**56,13**
Białko	30,19	13,00	21,40	20,75	**85,34**
Sól	1,48	0,15	0,96	2,76	**7,36**
Błonnik	9,24	1,70	19,12	7,77	**37,83**
Sód	1 392,10	0,62	384,60	1 105,40	**2 882,72**

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. łubin, 14. mięczaki

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby sporządzającej

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis o

03.06.26r. akceptl
Magdalena Kwiatkowska
Dietetyk
Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 22.06.2026

2 dzień poniedziałek

DIETA PODSTAWOWA (D01)

ŚNIADANIE	Ilość g/ml
Płatki owsiane	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	60
Chleb żytni pełnoziarnisty	30
Masło śmietankowe	10
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	60
Parówki z kurczaka na gorąco	50
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	100
Papryka czerwona	50
Sałata	0
II ŚNIADANIE	
Serek twarogowy ziarnisty	150
Arbuz	100
OBIAD	
Zupa z soczewicy czerwonej	300
Bitki wieprzowe w jarzynach	100
Ziemniaki późne	300
Sałata zielona ze śmietaną	120
Woda niegazowana	300
PODWIECZOREK	
Budyń o smaku śmietankowym bez cukru	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	30
Chleb żytni pełnoziarnisty	50
Masło śmietankowe	10
Polędwica drobiowa	40
Ser twarogowy chudy	50
Cytryna	5
Pomidor	100
Herbata, napar bez cukru	250

WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*33,64444*	*8,806124*	*34,62333*	*22,9241*	*100*
Energia kJ	3 007,80	788,00	3 403,00	2 053,20	**9 252,00**
Energia kcal	716,40	187,50	737,20	488,10	**2 129,20**
Tłuszcz	29,87	6,55	24,70	10,79	**72,00**
Kw. nasycone	14,01	3,87	7,31	5,80	**30,99**
Węglowodany	86,51	13,35	104,44	74,33	**278,62**
Cukry	16,98	13,05	12,69	8,87	**51,58**
Białko	26,91	19,05	33,68	20,71	**100,35**
Sól	2,06	0,94	0,61	3,05	**6,66**
Błonnik	8,95	0,30	22,38	8,35	**39,98**
Sód	824,15	376,00	243,00	1 221,35	**2 664,50**

DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)

ŚNIADANIE	Ilość g/ml
Płatki owsiane	0
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	0
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	90
Masło śmietankowe	10
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	60
Parówki z kurczaka na gorąco	50
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	100
Papryka czerwona	50
Sałata	0
II ŚNIADANIE	
Serek twarogowy ziarnisty	150
Arbuz	100
OBIAD	
Zupa z soczewicy czerwonej	300
Bitki wieprzowe w jarzynach	100
Ziemniaki późne	300
Sałata zielona ze śmietaną	120
Woda niegazowana	300
PODWIECZOREK	
Budyń o smaku śmietankowym bez cukru	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	130
Masło śmietankowe	10
Polędwica drobiowa	40
Ser twarogowy chudy	50
Cytryna	5
Pomidor	100
Herbata, napar bez cukru	250

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*27,26135*	*9,775298*	*38,43387*	*24,52948*	*100*
Energia kJ	2 200,80	788,00	3 403,00	1 985,20	**8 377,00**
Energia kcal	522,90	187,50	737,20	470,50	**1 918,10**
Tłuszcz	25,74	6,55	24,70	11,03	**68,01**
Kw. nasycone	12,18	3,87	7,31	5,85	**29,21**
Węglowodany	50,24	13,35	104,44	63,69	**231,71**
Cukry	10,91	13,05	12,69	11,54	**48,19**
Białko	17,70	19,05	33,68	19,99	**90,42**
Sól	1,89	0,94	0,61	3,06	**6,49**
Błonnik	7,84	0,30	22,38	9,63	**40,15**
Sód	755,75	603,50	228,00	1 222,15	**2 809,40**

DIETA ŁATWOSTRAWNA, DIETA PAPKOWATA i PRZETARTA (D02) i (D11, D10)

ŚNIADANIE	Ilość g/ml
Płatki owsiane	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	90
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	60
Parówki z kurczaka na gorąco	50
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Papryka czerwona	0
Sałata	35
II ŚNIADANIE	
Serek twarogowy ziarnisty	150
Arbuz	100
OBIAD	
Zupa chłopska	300
Bitki wieprzowe w jarzynach	100
Ziemniaki późne	300
Sałata zielona ze śmietaną	120
Woda niegazowana	300
PODWIECZOREK	
Budyń o smaku śmietankowym bez cukru	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Polędwica drobiowa	40
Ser twarogowy chudy	50
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Herbata, napar bez cukru	250

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*#N/D*	*#N/D*	*#N/D*	*#N/D*	*#N/D*
Energia kJ	2 986,15	788,00	#N/D	2 088,10	#N/D
Energia kcal	712,10	187,50	#N/D	497,30	#N/D
Tłuszcz	29,68	6,55	#N/D	10,62	#N/D
Kw. nasycone	13,95	3,87	#N/D	5,77	#N/D
Węglowodany	87,74	13,35	#N/D	80,50	#N/D
Cukry	13,88	13,05	#N/D	6,82	#N/D
Białko	26,95	19,05	#N/D	21,12	#N/D
Sól	2,06	0,94	#N/D	3,05	#N/D
Błonnik	7,86	0,30	#N/D	1,60	#N/D
Sód	7,86	0,30	#N/D	1,60	#N/D

DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)

ŚNIADANIE	Ilość g/ml
Płatki owsiane	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	90
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	60
Parówki z kurczaka na gorąco	50
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Papryka czerwona	0
Sałata	35
II ŚNIADANIE	
Serek twarogowy ziarnisty	250
Arbuz	100
OBIAD	
Zupa chłopska	300
Bitki wieprzowe w jarzynach	120
Ziemniaki późne	300
Sałata zielona ze śmietaną	120
Woda niegazowana	300
PODWIECZOREK	
Budyń o smaku śmietankowym bez cukru	150
KOLACJA	
Chleb pszenny	100
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Polędwica drobiowa	50
Ser twarogowy chudy	50
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Herbata, napar bez cukru	250

	Ś	II	O	P	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*#N/D*	*#N/D*	*#N/D*	*#N/D*	*#N/D*	*#N/D*
Energia kJ	2 986,15	788,00	#N/D	105,00	1 949,05	#N/D
Energia kcal	719,25	288,50	#N/D	105,00	464,15	#N/D
Tłuszcz	32,67	10,85	#N/D	2,70	14,11	#N/D
Kw. nasycone	16,26	6,45	#N/D	1,65	8,30	#N/D
Węglowodany	87,25	16,65	#N/D	14,85	63,94	#N/D
Cukry	13,69	16,35	#N/D	6,90	6,66	#N/D
Białko	26,80	31,35	#N/D	4,80	18,97	#N/D
Sól	2,06	1,57	#N/D	0,16	2,98	#N/D
Błonnik	7,86	0,30	#N/D	0,15	7,35	#N/D
Sód	824,50	626,00	#N/D	63,00	#N/D	#N/D

DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)

ŚNIADANIE	Ilość g/ml	ALERGENY
Płatki owsiane	30	1,7
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	7
Chleb pszenny	90	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	60	7
Parówki z kurczaka na gorąco	50	7,8,9,10
Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	0	
Pomidor bez skórki	100	
Papryka czerwona	0	
Sałata	35	
II ŚNIADANIE		
Serek twarogowy ziarnisty	150	7
Arbuz	100	
OBIAD		
Zupa chłopska	300	1 7,9
Bitki wieprzowe w jarzynach	80	1, 6
Ziemniaki późne	300	1
Sałata zielona ze śmietaną	120	7
Woda niegazowana	300	
PODWIECZOREK		
Budyń o smaku śmietankowym bez cukru	0	
KOLACJA		
Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Polędwica drobiowa	40	7,8,9,10,12
Ser twarogowy chudy	50	9
Cytryna	0	
Pomidor bez skórki	100	
Herbata, napar bez cukru	250	

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*#N/D*	*#N/D*	*#N/D*	*#N/D*	*#N/D*
Energia kJ	2 602,45	788,00	#N/D	1 812,40	#N/D
Energia kcal	620,40	187,50	#N/D	431,40	#N/D
Tłuszcz	21,64	6,55	#N/D	3,27	#N/D
Kw. nasycone	8,72	3,87	#N/D	0,74	#N/D
Węglowodany	83,97	13,35	#N/D	80,39	#N/D
Cukry	13,53	13,05	#N/D	6,71	#N/D
Białko	26,63	19,05	#N/D	20,76	#N/D
Sól	2,03	0,94	#N/D	2,96	#N/D
Błonnik	7,86	0,30	#N/D	7,45	#N/D
Sód	812,50	0,04	#N/D	1 185,10	#N/D

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. łubin, 14. mięczaki

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby sporządzającej

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis o

02.06.26r.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 23.06.2026

3 dzień wtorek

DIETA PODSTAWOWA (D01)

ŚNIADANIE	Ilość g/ml
Kasza jaglana	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	60
Chleb żytni pełnoziarnisty	30
Masło śmietankowe	10
Dżem z czarnych porzeczek niskosłodzony	30
Baton z kurczaka	40
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Rzodkiewka	50
Pomidor	100
Sałata	0
II ŚNIADANIE	
Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150
Kiwi	60
OBIAD	
Zupa ogórkowa	300
Kotlet mielony wieprzowy duszony	100
Ziemniaki późne	300
Marchewka z groszkiem	150
PODWIECZOREK	
Galaretka bez cukru	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	80
Chleb żytni pełnoziarnisty	50
Masło śmietankowe	10
Mielonka drobiowa	40
Jaja gotowane	60
Pomidor	100
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Sałata	35

WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*40,728617*	*13,71067*	*33,28405*	*22,27666*	*100*
Energia kJ	3 055,10	1 359,90	3 306,50	2 236,85	**9 958,35**
Energia kcal	727,50	324,60	788,00	527,40	**2 367,50**
Tłuszcz	25,65	7,80	35,65	18,76	**87,86**
Kw. nasycone	11,20	4,90	9,04	8,40	**33,54**
Węglowodany	94,30	53,49	102,40	71,64	**321,83**
Cukry	28,79	26,40	13,35	6,24	**74,78**
Białko	34,49	11,19	25,75	21,14	**92,57**
Sól	2,30	0,44	1,31	2,82	**6,88**
Błonnik	8,88	1,71	11,20	8,34	**30,13**
Sód	921,85	177,90	524,00	1 127,60	**2 751,35**

DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)

	Ilość g/ml
Kasza jaglana	0
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	0
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	90
Masło śmietankowe	10
Dżem z czarnych porzeczek niskosłodzony	0
Baton z kurczaka	40
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Rzodkiewka	50
Pomidor	100
Sałata	0
II ŚNIADANIE	
Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150
Kiwi	60
OBIAD	
Zupa ogórkowa	300
Kotlet mielony wieprzowy duszony	100
Ziemniaki późne	300
Marchewka z groszkiem	150
PODWIECZOREK	
Galaretka bez cukru	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	130
Masło śmietankowe	10
Mielonka drobiowa	40
Jaja gotowane	60
Pomidor	100
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Sałata	35

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*23,35601*	*15,33447*	*37,226*	*24,08152*	*100*
Energia kJ	2 081,00	1 359,90	3 306,50	2 168,85	**8 916,25**
Energia kcal	494,40	324,60	788,00	509,80	**2 116,80**
Tłuszcz	22,68	7,80	35,65	19,07	**85,20**
Kw. nasycone	9,56	4,90	9,04	8,46	**31,97**
Węglowodany	45,46	53,49	102,40	62,02	**263,36**
Cukry	8,23	26,40	11,35	9,44	**57,42**
Białko	25,55	11,19	25,75	20,42	**82,91**
Sól	2,13	0,44	1,31	2,82	**6,71**
Błonnik	8,04	1,71	11,20	9,62	**30,57**
Sód	853,15	1 025,50	524,00	1 128,40	**3 531,05**

DIETA ŁATWOSTRAWNA, DIETA PAPKOWATA i PRZETARTA (D02) i (D11 D10)

	Ilość g/ml
Kasza jaglana	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	90
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Dżem z czarnych porzeczek niskosłodzony	30
Baton z kurczaka	40
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Rzodkiewka	0
Pomidor bez skórki	100
Sałata	10
II ŚNIADANIE	
Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150
Jabłko pieczone	100
OBIAD	
Zupa ogórkowa	300
Kotlet mielony wieprzowy duszony	100
Ziemniaki późne	300
Marchewka z groszkiem	150
PODWIECZOREK	
Galaretka bez cukru	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Mielonka drobiowa	40
Jaja gotowane	60
Pomidor bez skórki	100
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Sałata	35

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*29,75819*	*15,72482*	*32,268632*	*22,24816*	*100*
Energia kJ	1 050,20	1 610,50	3 306,50	2 279,75	**10 246,95**
Energia kcal	726,70	384,00	788,00	543,30	**2 442,00**
Tłuszcz	25,46	9,10	35,65	18,68	**88,89**
Kw. nasycone	11,16	5,73	9,04	8,38	**34,31**
Węglowodany	95,90	65,95	102,40	79,31	**343,56**
Cukry	26,66	33,20	13,35	5,10	**78,31**
Białko	34,36	10,95	25,75	21,59	**92,65**
Sól	2,29	0,44	1,31	2,82	**6,86**
Błonnik	7,19	2,05	11,20	1,69	**22,13**
Sód	7,19	2,05	11,20	1,69	**22,13**

DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)

	Ilość g/ml
Kasza jaglana	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	90
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Dżem z czarnych porzeczek niskosłodzony	30
Baton z kurczaka	40
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Rzodkiewka	0
Pomidor bez skórki	100
Sałata	10
II ŚNIADANIE	
Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150
Jabłko pieczone	100
OBIAD	
Zupa ogórkowa	300
Kotlet mielony wieprzowy duszony	100
Ziemniaki późne	300
Marchewka z groszkiem	150
PODWIECZOREK	
Galaretka bez cukru	120
KOLACJA	
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Mielonka drobiowa	40
Jaja gotowane	120
Pomidor bez skórki	100
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Sałata	35

	Ś	II	O	P	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*28,87525*	*14,59632*	*29,95287*	*2,171902*	*24,2016641*	*100*
Energia kJ	1 050,20	1 610,50	3 306,50	126,00	2 690,80	**10 784,00**
Energia kcal	759,65	384,00	788,00	62,40	636,75	**2 630,80**
Tłuszcz	29,14	9,10	35,65	0,00	26,85	**100,73**
Kw. nasycone	13,67	5,73	9,04	0,00	12,29	**40,74**
Węglowodany	95,96	65,95	102,40	3,44	78,65	**344,39**
Cukry	26,72	33,20	13,35	0,60	4,93	**78,79**
Białko	34,42	10,95	25,75	1,80	27,04	**99,95**
Sól	2,30	0,44	1,31	0,00	2,81	**6,87**
Błonnik	7,19	2,05	11,20	0,00	12,87	**33,31**
Sód	920,20	177,50	524,00	0,00	1 621,70	**3 243,40**

DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)

	Ilość g/ml	ALERGENY
Kasza jaglana	30	1
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	7
Chleb pszenny	90	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Dżem z czarnych porzeczek niskosłodzony	30	2,3
Baton z kurczaka	40	7,8,9,10
Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	0	
Rzodkiewka	0	
Pomidor bez skórki	100	
Sałata	10	
II ŚNIADANIE		
Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150	7
Jabłko pieczone	100	
OBIAD		
Zupa ogórkowa	300	7
Kotlet mielony wieprzowy duszony	100	1
Ziemniaki późne	300	
Marchewka z groszkiem	150	9
PODWIECZOREK		
Galaretka bez cukru	0	10
KOLACJA		
Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Mielonka drobiowa	0	7,8,9,10
Jaja gotowane	60	7
Pomidor bez skórki	100	
Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	0	
Sałata	35	

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*24,67842*	*18,29443*	*37,54169*	*19,48547*	*100*
Energia kJ	2 178,10	1 610,50	3 306,50	1 718,45	**8813,55**
Energia kcal	518,00	384,00	788,00	409,00	**2099**
Tłuszcz	7,67	9,10	35,65	6,65	**59,07**
Kw. nasycone	2,89	5,73	9,04	1,71	**19,37**
Węglowodany	94,86	65,95	102,40	76,70	**339,91**
Cukry	25,95	33,20	13,35	3,90	**76,40**
Białko	22,49	10,95	25,75	15,87	**75,06**
Sól	1,94	0,44	1,31	1,73	**5,42**
Błonnik	7,19	2,05	11,20	7,05	**27,49**
Sód	775,00	81,00	524,00	691,70	**2 071,70**

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. łubin, 14. mięczaki

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby sporządzającej

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby

03.06.26r.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 24.06.2026

4 dzień środa

DIETA PODSTAWOWA (D01)

ŚNIADANIE	Ilość g/ml
Kluski lane na mleku	180
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	0
Chleb pszenny	60
Chleb żytni pełnoziarnisty	30
Masło śmietankowe	10
Jajecznica	120
Szynka wieprzowa gotowana	40
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	100
Ogórek	50
Sałata	0
II ŚNIADANIE	
Serek grani naturalny	150
Kiwi	40
OBIAD	
Zupa z zielonego groszku	300
Potrawka z kurczaka z warzywami	120
Ryż pełnoziarnisty ugotowany	220
Surówka z marchwi i jabłek z oliwą	150
Kompot wieloowocowy bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Serek twarogowy homogenizowany truskawkowy	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	60
Chleb żytni pełnoziarnisty	30
Masło śmietankowe	10
Paprykarz szczeciński	40
Szynkówka wieprzowa	40
Ogórek kwaszony	80
Pomidor	100
Cytryna	5
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)

	Ilość g/ml
Kasza jaglana	0
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	0
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	90
Masło śmietankowe	10
Jajecznica	120
Szynka wieprzowa gotowana	40
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	100
Ogórek	50
Sałata	0
II ŚNIADANIE	
Serek grani naturalny	150
Kiwi	40
OBIAD	
Zupa z zielonego groszku	300
Potrawka z kurczaka z warzywami	120
Ryż pełnoziarnisty ugotowany	220
Surówka z marchwi i jabłek z oliwą	150
Kompot wieloowocowy bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Serek twarogowy homogenizowany truskawkowy	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	130
Masło śmietankowe	10
Paprykarz szczeciński	40
Szynkówka wieprzowa	40
Ogórek kwaszony	80
Pomidor	100
Sałata	0
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA ŁATWOSTRAWNA, DIETA PAPKOWATA i PRZETARTA (D02) i (D11, D10)

	Ilość g/ml
Kasza jaglana	180
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	0
Chleb pszenny	90
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Jajecznica	120
Szynka wieprzowa gotowana	40
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor	0
Pomidor bez skórki	100
Sałata	10
II ŚNIADANIE	
Serek grani naturalny	150
Jabłko pieczone	100
OBIAD	
Zupa z zielonego groszku	300
Potrawka z kurczaka z warzywami	120
Ryż biały gotowany	220
Surówka z marchwi i jabłek z oliwą	150
Kompot wieloowocowy bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Serek twarogowy homogenizowany truskawk	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Paprykarz szczeciński	40
Szynkówka wieprzowa	40
Ogórek kwaszony	0
Pomidor bez skórki	100
Sałata	0
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)

	Ilość g/ml
Kasza jaglana	180
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	90
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Jajecznica	120
Szynka wieprzowa gotowana	40
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor	0
Pomidor bez skórki	100
Sałata	10
II ŚNIADANIE	
Serek grani naturalny	150
Jabłko pieczone	100
OBIAD	
Zupa z zielonego groszku	300
Potrawka z kurczaka z warzywami	120
Ryż biały gotowany	220
Surówka z marchwi i jabłek z oliwą	150
Kompot wieloowocowy bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Serek twarogowy homogenizowany truskawkow	120
KOLACJA	
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Paprykarz szczeciński	80
Szynkówka wieprzowa	40
Ogórek kwaszony	0
Pomidor bez skórki	100
Sałata	0
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)

	Ilość g/ml	ALERGENY
Kluski lane na mleku	180	1
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	0	7
Chleb pszenny	90	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1.11
Masło śmietankowe	0	7
Jajecznica	60	2,3
Szynka wieprzowa gotowana	40	7,8,9,10
Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	0	
Pomidor	0	
Pomidor bez skórki	100	
Sałata	10	
II ŚNIADANIE		
Serek grani naturalny	150	7
Jabłko pieczone	100	
OBIAD		
Zupa z zielonego groszku	300	7
Potrawka z kurczaka z warzywami	120	1
Ryż biały gotowany	300	
Surówka z marchwi i jabłek z oliwą	150	9
Kompot wieloowocowy bez cukru	300	
PODWIECZOREK		
Serek twarogowy homogenizowany truskawkow	0	10
KOLACJA		
Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1.11
Masło śmietankowe	0	7
Paprykarz szczeciński	40	7,8,9,10
Szynkówka wieprzowa	40	7
Ogórek kwaszony	0	
Pomidor bez skórki	100	
Sałata	0	
Herbata, napar bez cukru	250	

WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	***34,968418***	***7,051024***	***38,8525***	***19,12825***	***100***
Energia kJ	3 125,70	657,60	3 625,60	1 790,10	**9 199,00**
Energia kcal	780,60	157,40	867,30	427,00	**2 232,30**
Tłuszcz	39,03	6,20	10,57	17,04	**72,83**
Kw. nasycone	16,50	4,25	2,79	7,74	**31,28**
Węglowodany	66,55	9,16	166,92	55,00	**297,62**
Cukry	14,43	7,60	35,80	7,01	**64,84**
Białko	35,54	16,26	38,08	15,98	**105,86**
Sól	2,92	1,05	1,50	4,18	**9,66**
Błonnik	6,29	0,84	43,14	6,51	**56,78**
Sód	1 169,15	421,60	600,80	1 671,55	**3 863,10**

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	***29,63099***	***7,251117***	***39,95485***	***23,16103***	***100***
Energia kJ	2 552,70	657,60	3 625,60	2 114,70	**8 950,60**
Energia kcal	643,20	157,40	867,30	502,80	**2 170,70**
Tłuszcz	13,63	6,29	10,57	17,88	**68,28**
Kw. nasycone	13,33	4,25	2,79	7,88	**28,24**
Węglowodany	46,33	9,16	166,92	63,62	**286,02**
Cukry	8,87	7,60	35,80	10,37	**62,65**
Białko	28,52	16,26	38,08	17,76	**100,62**
Sól	2,73	1,05	1,50	4,61	**9,92**
Błonnik	7,07	0,84	43,14	9,81	**60,86**
Sód	1 092,35	337,50	600,80	1 853,90	**4 384,55**

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	***45,46069***	***8,10465***	***27,857955***	***18,57671***	***100***
Energia kJ	5 207,50	955,00	3 275,80	2 189,20	**11 627,50**
Energia kcal	1 278,90	228,00	783,70	522,60	**2 813,20**
Tłuszcz	38,51	7,60	8,59	17,41	**72,13**
Kw. nasycone	14,36	5,10	2,68	7,77	**29,91**
Węglowodany	185,54	24,40	140,08	79,39	**429,41**
Cukry	28,61	16,70	35,36	4,99	**85,66**
Białko	47,98	16,20	33,68	18,13	**115,99**
Sól	2,74	1,06	1,49	3,21	**8,51**
Błonnik	11,18	1,60	25,54	1,48	**39,80**
Sód	11,18	1,60	25,54	1,48	**39,80**

	Ś	II	O	P	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	***41,91734***	***10,09764***	***23,76433***	***6,118166***	***18,1075262***	***100***
Energia kJ	5 207,50	955,00	2 684,80	201,60	2 501,05	**11 549,95**
Energia kcal	1 382,35	333,00	783,70	201,60	597,15	**3 297,80**
Tłuszcz	44,46	9,85	8,59	4,68	23,25	**90,82**
Kw. nasycone	18,31	6,48	2,68	2,74	10,69	**40,90**
Węglowodany	193,10	40,00	140,08	21,24	81,77	**476,18**
Cukry	36,17	31,55	35,36	21,12	5,77	**129,96**
Białko	53,14	21,75	33,68	18,36	21,03	**147,95**
Sól	2,92	1,24	1,49	0,11	3,23	**8,98**
Błonnik	11,18	1,90	25,54	0,12	9,64	**48,38**
Sód	1 166,60	494,00	596,40	43,20	**2 300,20**	**4 600,40**

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	***25,81969***	***10,75624***	***41,87857***	***21,5455***	***100***
Energia kJ	2 222,80	955,00	3 120,00	1 913,50	**8211,3**
Energia kcal	547,30	228,00	887,70	456,70	**2119,7**
Tłuszcz	19,60	7,60	8,75	10,06	**46,01**
Kw. nasycone	7,58	5,10	2,80	2,75	**18,23**
Węglowodany	66,54	24,40	158,08	79,28	**328,30**
Cukry	11,61	16,70	35,36	4,88	**68,55**
Białko	26,33	16,20	35,20	18,02	**95,75**
Sól	2,31	1,06	1,50	3,21	**8,07**
Błonnik	5,57	1,60	26,10	7,33	**40,60**
Sód	924,50	2,38	601,20	1 282,20	**2 810,28**

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. mięczaki

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby sporządzającej

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby

03.06.26r.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 25.06.2026

5 dzień czwartek

DIETA PODSTAWOWA (D01)

ŚNIADANIE	Ilość g/ml
Płatki orkiszowe pełnoziarniste	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	60
Chleb żytni pełnoziarnisty	30
Masło śmietankowe	10
Kiełbasa szynkowa	60
Serek chudy jogurtowy	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	100
Dżem truskawkowy niskosłodzony	30
Sałata	35
II ŚNIADANIE	
Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu	150
Brzoskwinia	100
OBIAD	
Zupa jarzynowa	300
Pieczeń rzymska	100
Ziemniaki późne	300
Sos pomidorowy	30
Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora z dodatkiem koperku	100
Kompot z jabłek bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Banan	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	60
Chleb żytni pełnoziarnisty	30
Masło śmietankowe	10
Sałatka makaronowa z tuńczykiem i warzywami	80
Szynka kanapkowa	40
Pomidor	100
Cytryna	5
Herbata, napar bez cukru	250

WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*33,912895*	*5,015566*	*36,50882*	*24,24272*	*100*
Energia kJ	2 890,45	428,00	3 125,40	2 062,30	**8 509,15**
Energia kcal	686,70	101,50	744,90	490,60	**2 023,70**
Tłuszcz	21,29	0,95	16,32	18,08	**56,64**
Kw. nasycone	11,73	0,53	5,09	7,16	**24,51**
Węglowodany	93,37	18,95	131,48	58,68	**302,48**
Cukry	26,75	17,05	21,49	5,25	**70,54**
Białko	32,15	6,10	26,93	25,66	**90,84**
Sól	2,58	0,23	1,29	3,05	**7,15**
Błonnik	10,16	1,90	13,75	11,90	**37,71**
Sód	1 051,19	93,00	517,50	1 219,05	**2 860,74**

DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)

	Ilość g/ml
Płatki orkiszowe pełnoziarniste	0
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	0
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	90
Masło śmietankowe	10
Kiełbasa szynkowa	60
Serek chudy jogurtowy	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	100
Dżem truskawkowy niskosłodzony	0
Sałata	35
II ŚNIADANIE	
Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu	150
Brzoskwinia	100
OBIAD	
Zupa jarzynowa	300
Pieczeń rzymska	100
Ziemniaki późne	300
Sos pomidorowy	30
Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora z dodatkiem koperku	100
Kompot z jabłek bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Banan	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	130
Masło śmietankowe	10
Sałatka makaronowa z tuńczykiem i warzywami	80
Szynka kanapkowa	40
Pomidor	100
Cytryna	5
Herbata, napar bez cukru	250

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*21,14469*	*16,94875*	*35,11857*	*26,78799*	*100*
Energia kJ	1 592,05	1 506,00	3 125,40	2 394,50	**8 920,95**
Energia kcal	448,50	359,50	744,90	568,20	**2 121,10**
Tłuszcz	18,17	2,65	16,32	18,94	**56,08**
Kw. nasycone	10,07	0,75	5,09	7,29	**23,20**
Węglowodany	47,35	75,85	131,48	67,78	**322,46**
Cukry	9,32	20,35	21,49	8,99	**60,14**
Białko	22,52	14,30	26,93	27,48	**91,23**
Sól	2,41	1,42	1,29	3,50	**8,62**
Błonnik	7,28	7,30	13,75	15,30	**43,63**
Sód	962,85	921,10	514,50	1 401,65	**3 800,10**

DIETA ŁATWOSTRAWNA, DIETA PAPKOWATA i PRZETARTA (D02) i (D11, D10)

	Ilość g/ml
Płatki orkiszowe pełnoziarniste	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	90
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Kiełbasa szynkowa	60
Serek chudy jogurtowy	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Dżem truskawkowy niskosłodzony	30
Sałata	35
II ŚNIADANIE	
Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu	150
Brzoskwinia	100
OBIAD	
Zupa jarzynowa	300
Pieczeń rzymska	100
Ziemniaki późne	230
Sos pomidorowy	30
Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora	100
Kompot z jabłek bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Banan	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Sałatka makaronowa z tuńczykiem i warzywami	80
Szynka kanapkowa	40
Pomidor bez skórki	100
Cytryna	0
Herbata, napar bez cukru	250

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*31,91931*	*8,978028*	*31,63774*	*27,46492*	*100*
Energia kJ	2 908,35	819,00	2 878,50	2 497,40	**9 103,25**
Energia kcal	691,50	194,50	685,40	595,00	**2 166,40**
Tłuszcz	21,18	2,55	16,25	18,54	**58,52**
Kw. nasycone	11,71	1,43	5,08	7,21	**25,44**
Węglowodany	96,89	39,75	117,13	84,60	**338,36**
Cukry	25,38	30,75	20,44	4,27	**80,84**
Białko	32,38	6,40	25,60	28,61	**92,99**
Sól	2,58	0,24	1,28	3,50	**7,60**
Błonnik	9,58	3,50	12,63	7,27	**32,98**
Sód	9,58	3,50	12,63	7,27	**32,98**

DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)

	Ilość g/ml
Płatki orkiszowe pełnoziarniste	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	120
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Kiełbasa szynkowa	60
Serek chudy jogurtowy	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Dżem truskawkowy niskosłodzony	30
Sałata	35
II ŚNIADANIE	
Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu	150
Brzoskwinia	100
OBIAD	
Zupa jarzynowa	300
Pieczeń rzymska	120
Ziemniaki późne	300
Sos pomidorowy	30
Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora z dodatkiem koperku	100
Kompot z jabłek bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Banan	150
KOLACJA	
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Sałatka makaronowa z tuńczykiem i warzywami	80
Szynka kanapkowa	60
Pomidor bez skórki	50
Cytryna	0
Herbata, napar bez cukru	250

	Ś	II	O	P	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*31,17418*	*7,587283*	*30,68071*	*5,558806*	*24,9990248*	*100*
Energia kJ	2 908,35	819,00	2 657,80	142,50	2 685,85	**9 216,50**
Energia kcal	799,15	194,50	756,50	142,50	640,85	**2 563,50**
Tłuszcz	25,28	2,55	18,60	0,45	22,99	**69,87**
Kw. nasycone	14,28	0,53	5,84	0,18	10,03	**30,86**
Węglowodany	113,74	39,75	134,02	35,25	83,13	**405,89**
Cukry	25,73	30,75	21,59	29,25	3,46	**110,78**
Białko	34,48	6,40	29,81	1,50	30,81	**102,99**
Sól	2,93	0,24	1,36	0,00	3,43	**7,96**
Błonnik	10,93	3,50	13,87	2,55	10,61	**41,46**
Sód	1 170,84	95,00	544,70	1,50	**1 812,04**	**3 624,08**

DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)

	Ilość g/ml	ALERGENY
Płatki orkiszowe pełnoziarniste	30	1
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	7
Chleb pszenny	120	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Kiełbasa szynkowa	60	3
Serek chudy jogurtowy	60	7,8,9,10
Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	0	
Pomidor bez skórki	100	
Dżem truskawkowy niskosłodzony	30	
Sałata	35	
II ŚNIADANIE		
Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu	150	
Brzoskwinia	100	
OBIAD		
Zupa jarzynowa	300	7,9
Pieczeń rzymska	120	1,9
Ziemniaki późne	230	1
Sos pomidorowy	30	
Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora z dodatkiem koperku	100	
Kompot z jabłek bez cukru	300	
PODWIECZOREK		
Banan	0	
KOLACJA		
Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Sałatka makaronowa z tuńczykiem i warzywami	80	7
Szynka kanapkowa	40	7,8,9,10
Pomidor bez skórki	50	7,8,9,10
Cytryna	0	
Herbata, napar bez cukru	250	

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*32,67239*	*9,074568*	*33,91807*	*24,33517*	*100*
Energia kJ	2 945,55	819,00	2 407,90	2 189,70	**8362,15**
Energia kcal	700,30	194,50	727,00	521,60	**2143,4**
Tłuszcz	14,25	2,55	18,53	11,09	**46,42**
Kw. nasycone	6,74	1,43	5,83	2,16	**16,16**
Węglowodany	110,76	39,75	119,67	82,69	**352,87**
Cukry	25,57	30,75	20,54	3,01	**79,87**
Białko	34,31	6,40	28,48	27,80	**96,99**
Sól	2,90	0,24	1,35	3,40	**7,89**
Błonnik	10,93	3,50	12,75	12,52	**39,70**
Sód	1 158,84	3,22	539,80	1 360,60	**3 062,46**

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. łubin, 14. mięczaki

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby sporządzającej

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis o

03.06.26r.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 26.06.2026

6 dzień piątek

DIETA PODSTAWOWA (D01)

ŚNIADANIE	Ilość g/ml
Kasza jęczmienna	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	60
Chleb żytni pełnoziarnisty	30
Masło śmietankowe	10
Ser, Edamski tłusty	30
Serek śmietanowy z chrzanem	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	100
Papryka czerwona	50
Sałata	0
II ŚNIADANIE	
Śliwki	80
Kefir 2% tłuszczu	150
OBIAD	
Zupa pomidorowa z ryżem	300
Mirunia pieczona bez panierki	120
Ziemniaki wczesne	300
Fasolka szparagowa gotowana z oliwą	150
Sos śmietanowo-koperkowy	30
Woda niegazowana	300
PODWIECZOREK	
Jogurt bananowy 1,5% tłuszczu	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	30
Chleb żytni pełnoziarnisty	50
Masło śmietankowe	10
Szynka kanapkowa	40
Sałatka makaronowa z kurczakiem	80
Cytryna	5
Pomidor	100
Herbata, napar bez cukru	250

WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	38,284929	5,519035	26,12343	30,07261	100
Energia kJ	1 278,30	469,20	2 228,70	2 576,90	**8 553,10**
Energia kcal	780,40	112,50	532,50	613,00	**2 038,40**
Tłuszcz	33,56	3,16	16,64	21,94	**75,29**
Kw. nasycone	20,46	1,82	3,83	7,34	**33,94**
Węglowodany	85,70	16,41	74,72	82,90	**259,72**
Cukry	16,66	15,13	8,53	7,82	**48,13**
Białko	39,09	5,58	37,41	23,46	**105,54**
Sól	2,83	0,15	1,89	3,64	**8,50**
Błonnik	9,05	1,28	9,52	8,16	**28,01**
Sód	1 131,74	58,60	755,10	1 454,45	**3 399,89**

DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)

	Ilość g/ml
Kasza jęczmienna	0
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	0
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	90
Masło śmietankowe	10
Ser, Edamski tłusty	30
Serek śmietanowy z chrzanem	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	100
Papryka czerwona	50
Sałata	0
II ŚNIADANIE	
Śliwki	80
Kefir 2% tłuszczu	150
OBIAD	
Zupa pomidorowa z ryżem	300
Mirunia pieczona bez panierki	120
Ziemniaki wczesne	300
Fasolka szparagowa gotowana z oliwą	150
Sos śmietanowo-koperkowy	30
Woda niegazowana	300
PODWIECZOREK	
Jogurt bananowy 1,5% tłuszczu	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	130
Masło śmietankowe	10
Szynka kanapkowa	40
Sałatka makaronowa z kurczakiem	80
Cytryna	5
Pomidor	100
Herbata, napar bez cukru	250

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	32,47319	6,124449	28,98906	32,41331	100
Energia kJ	2 510,90	469,20	2 228,70	2 508,90	**7 717,70**
Energia kcal	596,50	112,50	532,50	595,40	**1 836,90**
Tłuszcz	30,89	3,16	16,64	22,18	**72,86**
Kw. nasycone	18,90	1,82	3,83	7,89	**32,43**
Węglowodany	47,75	16,41	74,72	72,26	**211,13**
Cukry	10,77	15,13	8,53	10,49	**44,92**
Białko	30,93	5,58	37,41	22,74	**96,66**
Sól	2,66	0,15	1,89	3,64	**8,33**
Błonnik	8,39	1,28	9,52	9,44	**28,63**
Sód	1 063,34	1 044,30	740,10	1 455,25	**4 302,99**

DIETA ŁATWOSTRAWNA, DIETA PAPKOWATA i PRZETARTA (D02) i (D11, D10)

	Ilość g/ml
Kasza jęczmienna	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	90
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Kiełbasa szynkowa	40
Serek chudy jogurtowy	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Papryka czerwona	0
Sałata	35
II ŚNIADANIE	
Banan	80
Kefir 2% tłuszczu	150
OBIAD	
Zupa pomidorowa z ryżem	300
Mirunia pieczona bez panierki	120
Ziemniaki wczesne	300
Fasolka szparagowa gotowana z oliwą	150
Sos śmietanowo-koperkowy	30
Woda niegazowana	300
PODWIECZOREK	
Jogurt bananowy 1,5% tłuszczu	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Szynka kanapkowa	40
Sałatka makaronowa z kurczakiem	80
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Herbata, napar bez cukru	250

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	33,98647	7,701242	26,891223	31,42107	100
Energia kJ	2 826,35	637,20	2 228,70	2 611,80	**8 304,05**
Energia kcal	673,00	152,50	532,50	622,20	**1 980,20**
Tłuszcz	20,65	3,24	16,64	21,77	**62,30**
Kw. nasycone	11,45	1,88	3,83	7,81	**24,97**
Węglowodany	88,18	25,85	74,72	89,07	**277,82**
Cukry	13,73	22,65	8,53	5,77	**50,68**
Białko	40,55	5,90	37,41	23,87	**107,73**
Sól	3,23	0,14	1,89	3,63	**8,90**
Błonnik	7,36	1,36	9,52	1,41	**19,65**
Sód	7,36	1,36	9,52	1,41	**19,65**

DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)

	Ilość g/ml
Kasza jęczmienna	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	0
Chleb pszenny	90
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Kiełbasa szynkowa	40
Serek chudy jogurtowy	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Papryka czerwona	0
Sałata	35
II ŚNIADANIE	
Banan	80
Kefir 2% tłuszczu	150
OBIAD	
Zupa pomidorowa z ryżem	300
Mirunia pieczona bez panierki	120
Ziemniaki wczesne	300
Fasolka szparagowa gotowana z oliwą	150
Sos śmietanowo-koperkowy	30
Woda niegazowana	300
PODWIECZOREK	
Jogurt bananowy 1,5% tłuszczu	150
KOLACJA	
Chleb pszenny	100
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Szynka kanapkowa	40
Sałatka makaronowa z kurczakiem	80
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Herbata, napar bez cukru	250

	Ś	II	O	P	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	31,67905	7,602572	26,54669	5,234558	28,93571355	100
Energia kJ	2 826,35	637,20	2 228,70	438,00	2 436,75	**8 567,00**
Energia kcal	635,45	152,50	532,50	105,00	580,45	**2 005,90**
Tłuszcz	22,08	3,24	16,64	2,25	25,03	**69,23**
Kw. nasycone	12,53	1,88	3,83	1,38	10,26	**29,88**
Węglowodany	80,73	25,85	74,72	15,60	72,33	**269,23**
Cukry	6,28	22,65	8,53	14,85	5,53	**57,84**
Białko	35,51	5,90	37,41	5,55	21,63	**106,00**
Sól	3,08	0,14	1,89	0,18	3,57	**8,85**
Błonnik	7,36	1,36	9,52	0,30	7,70	**26,24**
Sód	1 230,20	57,80	755,10	72,00	**2 115,10**	**4 230,20**

DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)

	Ilość g/ml	ALERGENY
Kasza jęczmienna	30	1
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	7
Chleb pszenny	90	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Kiełbasa szynkowa	40	7
Serek chudy jogurtowy	60	7,8,9,10
Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	0	
Pomidor bez skórki	100	
Papryka czerwona	0	
Sałata	35	
II ŚNIADANIE		
Banan	80	7
Kefir 2% tłuszczu	150	
OBIAD		
Zupa pomidorowa z ryżem	300	1 7,9
Mirunia pieczona bez panierki	120	1,3,6
Ziemniaki wczesne	300	
Fasolka szparagowa gotowana z oliwą	150	1,7
Sos śmietanowo-koperkowy	0	
Woda niegazowana	300	
PODWIECZOREK		
Jogurt bananowy 1,5% tłuszczu	0	
KOLACJA		
Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Szynka kanapkowa	40	7,8,9,10
Sałatka makaronowa z kurczakiem	80	3,7,9
Cytryna	0	
Pomidor bez skórki	100	
Herbata, napar bez cukru	250	

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	33,14588	8,326054	28,15571	30,37235	100
Energia kJ	2 550,65	637,20	2 158,50	2 336,10	**7682,45**
Energia kcal	607,10	152,50	515,70	556,30	**1831,6**
Tłuszcz	13,30	3,24	15,80	14,42	**46,76**
Kw. nasycone	6,43	1,88	3,35	2,78	**14,43**
Węglowodany	85,25	25,85	73,07	88,96	**273,13**
Cukry	13,62	22,65	8,02	5,66	**49,95**
Białko	40,44	5,90	36,99	23,51	**106,84**
Sól	3,21	0,14	1,51	3,55	**8,41**
Błonnik	7,36	1,36	9,46	7,26	**25,44**
Sód	1 285,70	4,45	602,10	1 418,20	**3 310,45**

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. łubin, 14. mięczaki

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby sporządzającej

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis o

03.06.26r.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 27.06.2026

7 dzień sobota

DIETA PODSTAWOWA (D01)

ŚNIADANIE	Ilość g/ml
Płatki orkiszowe pełnoziarniste	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	60
Chleb żytni pełnoziarnisty	30
Masło śmietankowe	10
Jaja gotowane	120
Baton z kurczaka	40
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Rzodkiewka	50
Pomidor	100
Sałata	0
II ŚNIADANIE	
Deser ryżowy jabłkowy bez cukru	100
Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150
OBIAD	
Krupnik z kaszy jęczmiennej I	300
Pulpety drobiowo-wieprzowe	100
Ziemniaki późne	300
Surówka z kapusty kwaszonej	120
Woda niegazowana	250
Sos pomidorowy	30
PODWIECZOREK	
Serek twarogowy homogenizowany waniliowy	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	80
Chleb żytni pełnoziarnisty	50
Masło śmietankowe	10
Pasta z twarogu i sardynek w oleju	60
Szynkówka wieprzowa	40
Pomidor	100
Cytryna	5
Ogórek kwaszony	50
Herbata, napar bez cukru	250

Wartości odżywcze produktów	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*30,694691*	*10,19062*	*31,368*	*27,74669*	*100*
Energia kJ	2 837,90	939,50	2 893,20	2 562,70	**9 232,80**
Energia kcal	674,70	224,00	689,50	609,90	**2 198,10**
Tłuszcz	24,42	6,00	20,16	23,81	**74,38**
Kw. nasycone	10,84	3,82	5,39	8,75	**28,80**
Węglowodany	80,14	33,20	107,48	71,85	**292,66**
Cukry	14,57	15,00	12,23	6,97	**48,76**
Białko	35,09	9,25	30,31	30,09	**104,74**
Sól	2,30	0,37	1,43	4,13	**8,23**
Błonnik	10,65	0,30	11,63	8,20	**30,81**
Sód	919,99	148,50	572,20	1 651,55	**3 292,24**

DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)

	Ilość g/ml
Płatki orkiszowe pełnoziarniste	0
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	0
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	90
Masło śmietankowe	10
Ser, Edamski tłusty	120
Baton z kurczaka	40
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Rzodkiewka	50
Pomidor	100
Sałata	0
II ŚNIADANIE	
Deser ryżowy jabłkowy bez cukru	100
Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150
OBIAD	
Krupnik z kaszy jęczmiennej I	300
Pulpety drobiowo-wieprzowe	100
Ziemniaki późne	300
Surówka z kapusty kwaszonej	120
Woda niegazowana	250
Sos pomidorowy	30
PODWIECZOREK	
Serek twarogowy homogenizowany waniliowy	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	110
Masło śmietankowe	10
Pasta z twarogu i sardynek w oleju	60
Szynkówka wieprzowa	40
Pomidor	100
Cytryna	5
Ogórek kwaszony	50
Herbata, napar bez cukru	250

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*32,56605*	*10,03135*	*30,87774*	*26,52485*	*100*
Energia kJ	3 017,80	939,50	2 893,20	2 494,70	**9 384,70**
Energia kcal	727,20	224,00	689,50	592,30	**2 233,00**
Tłuszcz	40,32	6,00	20,16	24,05	**90,52**
Kw. nasycone	23,11	3,82	5,39	8,80	**41,12**
Węglowodany	44,98	33,20	107,48	61,21	**246,86**
Cukry	7,75	15,00	12,23	9,64	**44,62**
Białko	45,11	9,25	30,31	29,37	**114,04**
Sól	3,65	0,37	1,43	4,13	**9,59**
Błonnik	8,04	0,30	11,63	9,48	**29,45**
Sód	1 461,55	819,10	468,70	1 652,35	**4 401,70**

DIETA ŁATWOSTRAWNA, DIETA PAPKOWATA i PRZETARTA (D02) i (D11, D10)

	Ilość g/ml
Płatki orkiszowe pełnoziarniste	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	90
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Jaja gotowane	120
Baton z kurczaka	40
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Pomidor	0
Sałata	15
II ŚNIADANIE	
Deser ryżowy jabłkowy bez cukru	100
Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150
OBIAD	
Krupnik z kaszy jęczmiennej I	300
Pulpety drobiowo-wieprzowe	100
Ziemniaki późne	300
Bukiet warzyw gotowanych	120
Woda niegazowana	250
Sos pomidorowy	30
PODWIECZOREK	
Serek twarogowy homogenizowany waniliowy	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Pasta z twarogu i sardynek w oleju	60
Szynkówka wieprzowa	40
Pomidor bez skórki	100
Cytryna	0
Ogórek kwaszony	50
Herbata, napar bez cukru	250

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*30,95063*	*10,27712*	*30,367957*	*28,40429*	*100*
Energia kJ	2 835,85	939,50	2 778,00	2 597,10	**9 150,45**
Energia kcal	674,60	224,00	661,90	619,10	**2 179,60**
Tłuszcz	24,24	6,00	16,92	23,64	**70,80**
Kw. nasycone	10,80	3,82	5,14	8,72	**28,47**
Węglowodany	81,89	33,20	104,77	78,02	**297,87**
Cukry	12,52	15,00	10,07	4,92	**42,51**
Białko	35,03	9,25	32,83	30,50	**107,61**
Sól	2,29	0,37	1,37	4,13	**8,16**
Błonnik	9,06	0,30	13,31	1,45	**24,12**
Sód	9,06	0,30	13,31	1,45	**24,12**

DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)

	Ilość g/ml
Płatki orkiszowe pełnoziarniste	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	90
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Jaja gotowane	120
Baton z kurczaka	40
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Pomidor	50
Sałata	15
II ŚNIADANIE	
Deser ryżowy jabłkowy bez cukru	100
Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150
OBIAD	
Krupnik z kaszy jęczmiennej I	300
Pulpety drobiowo-wieprzowe	120
Ziemniaki późne	300
Bukiet warzyw gotowanych	120
Woda niegazowana	250
Sos pomidorowy	30
PODWIECZOREK	
Serek twarogowy homogenizowany waniliowy	100
KOLACJA	
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Pasta z twarogu i sardynek w oleju	60
Szynkówka wieprzowa	60
Pomidor bez skórki	100
Cytryna	0
Ogórek kwaszony	50
Herbata, napar bez cukru	250

	Ś	II	O	P	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*27,54642*	*8,629324*	*27,21704*	*6,125279*	*30,4819324*	*100*
Energia kJ	2 835,85	939,50	2 923,20	667,00	3 318,75	**10 684,30**
Energia kcal	715,05	224,00	706,50	159,00	791,25	**2 595,80**
Tłuszcz	28,02	6,00	19,14	4,20	34,56	**91,91**
Kw. nasycone	13,34	3,82	5,94	2,52	14,84	**40,45**
Węglowodany	83,74	33,20	107,45	11,30	81,66	**319,34**
Cukry	13,72	15,00	10,41	11,30	8,56	**60,99**
Białko	35,54	9,25	36,57	16,80	45,33	**143,48**
Sól	2,31	0,37	1,45	0,10	4,06	**8,29**
Błonnik	9,66	0,30	13,59	0,00	11,13	**34,68**
Sód	922,54	148,50	589,40	40,00	1 691,44	**3 382,88**

DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)

	Ilość g/ml	ALERGENY
Płatki orkiszowe pełnoziarniste	30	1
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	7
Chleb pszenny	90	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Jaja gotowane	60	7,8,9,10
Baton z kurczaka	60	7
Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	0	
Pomidor bez skórki	100	
Pomidor	0	
Sałata	15	
II ŚNIADANIE		
Deser ryżowy jabłkowy bez cukru	100	
Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150	7
OBIAD		
Krupnik z kaszy jęczmiennej I	300	1,3,7,9,10
Pulpety drobiowo-wieprzowe	120	
Ziemniaki późne	300	
Bukiet warzyw gotowanych	120	7
Woda niegazowana	250	
Sos pomidorowy	0	
PODWIECZOREK		
Serek twarogowy homogenizowany waniliowy	0	7
KOLACJA		
Chleb pszenny	130	1,11
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,9
Masło śmietankowe	0	7
Pasta z twarogu i sardynek w oleju	60	4,7,8,9,10
Szynkówka wieprzowa	40	7,8,9,10
Pomidor bez skórki	100	
Cytryna	0	
Ogórek kwaszony	50	
Herbata, napar bez cukru	250	

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*27,96324*	*10,94873*	*34,04858*	*27,03944*	*100*
Energia kJ	2 407,35	939,50	2 923,20	2 321,40	**8591,45**
Energia kcal	572,10	224,00	696,60	553,20	**2045,9**
Tłuszcz	13,85	6,00	18,72	16,29	**54,86**
Kw. nasycone	4,88	3,82	5,70	3,69	**18,09**
Węglowodany	81,00	33,20	106,07	77,91	**298,18**
Cukry	12,13	15,00	10,32	4,81	**42,26**
Białko	32,38	9,25	36,24	30,14	**108,01**
Sól	2,43	0,37	1,19	4,04	**8,03**
Błonnik	9,06	0,30	13,14	7,30	**29,80**
Sód	971,14	56,20	476,90	1 615,30	**3 119,54**

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. łubin, 14. mięczaki

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby sporządzającej

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby

03.06.26r. wkept

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 28.06.2026

8 dzień niedziela

DIETA PODSTAWOWA (D01)

ŚNIADANIE	Ilość g/ml
Płatki owsiane	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	60
Chleb żytni pełnoziarnisty	30
Masło śmietankowe	10
Polędwica drobiowa	40
Serek śmietanowy z chrzanem	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	100
Rzodkiewka	50
Sałata	0
II ŚNIADANIE	
Serek twarogowy ziarnisty	150
Sałatka owocowa z banana, jabłka, kiwi, winogrona	100
OBIAD	
Barszcz ukraiński	300
Gulasz drobiowy	100
Kasza jęczmienna gotowana	230
Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora, ogórka kiszonego	100
Kompot wieloowocowy bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Jogurt bananowy 1,5% tłuszczu	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	80
Chleb żytni pełnoziarnisty	50
Masło śmietankowe	10
Sałatka makaronowa z wędliną, pomidorem, kiszonym ogórkiem i koperkiem	100
Szynkówka wieprzowa	40
Pomidor	100
Cytryna	5
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)

	Ilość g/ml
Płatki owsiane	0
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	0
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	90
Masło śmietankowe	10
Polędwica drobiowa	40
Serek śmietanowy z chrzanem	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	100
Rzodkiewka	50
Sałata	0
II ŚNIADANIE	
Serek twarogowy ziarnisty	150
Sałatka owocowa z banana, jabłka, kiwi, winogrona	100
OBIAD	
Barszcz ukraiński	300
Gulasz drobiowy	100
Kasza jęczmienna gotowana	230
Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora, ogórka kiszonego	100
Kompot wieloowocowy bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Jogurt bananowy 1,5% tłuszczu	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	130
Masło śmietankowe	10
Sałatka makaronowa z wędliną, pomidorem, kiszonym ogórkiem i koperkiem	100
Szynkówka wieprzowa	40
Pomidor	100
Cytryna	5
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA ŁATWOSTRAWNA, DIETA PAPKOWATA i PRZETARTA (D02) i (D11, D10)

	Ilość g/ml
Płatki owsiane	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	90
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Polędwica drobiowa	40
Serek chudy jogurtowy	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Rzodkiewka	0
Sałata	35
II ŚNIADANIE	
Serek twarogowy ziarnisty	150
Sałatka owocowa z banana, jabłka, kiwi, winogrona	100
OBIAD	
Barszcz czerwony	300
Gulasz drobiowy	100
Kasza jęczmienna gotowana	230
Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora, ogórka kiszonego	120
Kompot wieloowocowy bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Jogurt bananowy 1,5% tłuszczu	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Sałatka makaronowa z wędliną, pomidorem, kiszonym ogórkiem i koperkiem	40
Szynkówka wieprzowa	40
Pomidor bez skórki	100
Cytryna	0
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)

	Ilość g/ml
Płatki owsiane	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	90
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Polędwica drobiowa	40
Serek chudy jogurtowy	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Rzodkiewka	0
Sałata	35
II ŚNIADANIE	
Serek twarogowy ziarnisty	0
Sałatka owocowa z banana, jabłka, kiwi, winogrona	250
OBIAD	
Barszcz czerwony	300
Gulasz drobiowy	100
Kasza jęczmienna gotowana	230
Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora, ogórka kiszonego	100
Kompot wieloowocowy bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Jogurt bananowy 1,5% tłuszczu	150
KOLACJA	
Chleb pszenny	100
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Sałatka makaronowa z wędliną, pomidorem, kiszonym ogórkiem i koperkiem	100
Szynkówka wieprzowa	40
Pomidor bez skórki	100
Cytryna	0
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)

	Ilość g/ml	ALERGENY
Płatki owsiane	30	1,7
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	7
Chleb pszenny	90	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Polędwica drobiowa	40	7,8,9,10
Serek chudy jogurtowy	60	7
Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	0	
Pomidor bez skórki	100	
Rzodkiewka	0	
Sałata	35	
II ŚNIADANIE		
Serek twarogowy ziarnisty	150	
Sałatka owocowa z banana, jabłka, kiwi, winogrona	100	7
OBIAD		
Barszcz czerwony	300	1,7,9
Gulasz drobiowy	100	1, 6
Kasza jęczmienna gotowana	230	1
Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora, ogórka kiszonego	100	7
Kompot wieloowocowy bez cukru	300	
PODWIECZOREK		
Jogurt bananowy 1,5% tłuszczu	0	
KOLACJA		
Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Sałatka makaronowa z wędliną, pomidorem, kiszonym ogórkiem i koperkiem	100	7,8,9,10,12
Szynkówka wieprzowa	40	
Pomidor bez skórki	100	9
Cytryna	0	
Herbata, napar bez cukru	250	

WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*29,929625*	*11,40795*	*29,04209*	*29,62035*	*100*
Energia kJ	2 804,20	1 065,00	2 713,50	2 776,30	**9 359.00**
Energia kcal	667,70	254,50	647,90	660,80	**2 230.90**
Tłuszcz	28,15	6,75	6,88	24,56	**66.33**
Kw. nasycone	16,63	3,91	2,69	8,95	**32.18**
Węglowodany	83,61	30,85	123,84	90,39	**328.68**
Cukry	15,78	28,95	26,01	8,27	**79.01**
Białko	20,24	18,95	29,23	22,13	**90.55**
Sól	1,33	0,94	0,91	3,71	**6,88**
Błonnik	9,75	1,80	22,74	15,54	**49.83**
Sód	531,34	377,00	362,20	1 482,45	**2 752,99**

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*23,47757*	*12,68026*	*32,07743*	*31,84474*	*100*
Energia kJ	1 997,20	1 065,00	2 713,50	2 708,30	**8 484.00**
Energia kcal	474,20	254,50	647,90	643,20	**2 019,80**
Tłuszcz	23,92	6,75	6,88	24,80	**62.34**
Kw. nasycone	14,83	3,91	2,69	8,99	**30,42**
Węglowodany	47,34	30,85	123,84	79,75	**281,77**
Cukry	9,71	28,95	26,01	10,94	**75,61**
Białko	11,03	18,95	29,23	21,41	**80.62**
Sól	1,16	0,94	0,91	3,71	**6,71**
Błonnik	8,64	1,80	22,74	16,82	**50,00**
Sód	462,94	1 001,50	362,20	1 483,25	**3 309,89**

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*28,65049*	*16,02712*	*29,651324*	*25,67106*	*100*
Energia kJ	2 607,75	1 456,00	2 698,10	2 336,60	**9 098,45**
Energia kcal	621,20	347,50	642,90	556,60	**2 168,20**
Tłuszcz	20,81	8,35	9,40	18,91	**57,47**
Kw. nasycone	11,28	4,81	3,92	7,99	**28,00**
Węglowodany	85,94	51,65	114,44	84,87	**336,89**
Cukry	14,03	42,65	22,93	5,05	**84,66**
Białko	24,48	19,25	29,87	18,34	**91,94**
Sól	1,39	0,95	0,76	3,10	**6,19**
Błonnik	7,81	3,40	20,30	4,24	**35,75**
Sód	7,81	3,40	20,30	4,24	**35,75**

	Ś	II	O	P	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*27,55708*	*14,76536*	*26,78827*	*4,423288*	*26,4660039*	*100*
Energia kJ	2 607,75	1 456,00	2 077,50	428,00	2 636,15	**9 215.40**
Energia kcal	654,15	350,50	635,90	105,00	628,25	**2 373,80**
Tłuszcz	24,49	2,35	9,28	2,25	27,65	**66.01**
Kw. nasycone	13,80	1,00	3,86	1,38	11.37	**31.41**
Węglowodany	85,99	85,55	113,04	15,60	79.82	**379,99**
Cukry	14,08	73,70	21,81	14,85	5,98	**130,42**
Białko	24,54	1,55	29,53	5,55	20.31	**81.47**
Sól	1,40	0,02	0,75	0,18	3,03	**5,37**
Błonnik	7,81	6,10	20,04	0,30	9,24	**43,49**
Sód	558,70	7,00	299,20	72,00	**936,90**	**1 873,80**

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*25,91469*	*16,2171*	*29,67612*	*28,19209*	*100*
Energia kJ	2 332,05	1 456,00	2 077,50	2 535,50	**8401,05**
Energia kcal	555,30	347,50	635,90	604,10	**2142,8**
Tłuszcz	13,46	8,35	9,28	17,04	**48.13**
Kw. nasycone	6,25	4,81	3,86	3,89	**18,81**
Węglowodany	83,01	51,65	113,04	96,45	**344.15**
Cukry	13,92	42,65	21,81	6,11	**84.49**
Białko	24,37	19,25	29,53	22,18	**95.33**
Sól	1,37	0,95	0,75	3,62	**6,68**
Błonnik	7,81	3,40	20,04	14,64	**45,89**
Sód	546,70	379,02	299,20	1 446,20	**2 671,12**

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. łubin, 14. mięczaki

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby sporządzającej

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis o

08.06.26r. dietet

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o

JADŁOSPIS DEKADOWY 29.06.2026

9 dzień poniedziałek

DIETA PODSTAWOWA (D01)

ŚNIADANIE	Ilość g/ml
Płatki jęczmienne	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	60
Chleb żytni pełnoziarnisty	30
Masło śmietankowe	10
Jajecznica	120
Szynka z indyka	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	100
Ogórek	50
Dżem truskawkowy niskosłodzony	30
II ŚNIADANIE	
Jabłko	100
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	150
OBIAD	
Rosół drobiowy z makaronem	300
Udko z kurczaka duszone	120
Ziemniaki późne	300
Buraki z jabłkami	120
Kompot wieloowocowy bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Sok marchwiowo-jabłkowy	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	60
Chleb żytni pełnoziarnisty	30
Masło śmietankowe	10
Szynkówka wieprzowa	40
Sałatka z dorszem pieczonym z sosem winegret	80
Pomidor	100
Cytryna	5
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)

	Ilość g/ml
Płatki jęczmienne	0
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	0
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	90
Masło śmietankowe	10
Jajecznica	120
Szynka z indyka	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	100
Ogórek	50
Dżem truskawkowy niskosłodzony	0
II ŚNIADANIE	
Jabłko	100
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	150
OBIAD	
Rosół drobiowy z makaronem	300
Udko z kurczaka duszone	120
Ziemniaki późne	300
Buraki z jabłkami	120
Kompot wieloowocowy bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Sok marchwiowo-jabłkowy	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	130
Masło śmietankowe	10
Szynkówka wieprzowa	40
Sałatka z dorszem pieczonym z sosem winegret	80
Pomidor	100
Cytryna	5
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA ŁATWOSTRAWNA, DIETA PAPKOWATA i PRZETARTA (D02) i (D11, D10)

	Ilość g/ml
Płatki jęczmienne	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	90
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Jajecznica	120
Szynka z indyka	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Ogórek	0
Dżem truskawkowy niskosłodzony	30
II ŚNIADANIE	
Jabłko pieczone	100
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	150
OBIAD	
Rosół drobiowy z makaronem	300
Udko z kurczaka duszone	120
Ziemniaki późne	300
Buraki z jabłkami	120
Kompot wieloowocowy bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Sok marchwiowo-jabłkowy	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Szynkówka wieprzowa	40
Sałatka z dorszem pieczonym z sosem winegret	80
Pomidor bez skórki	100
Cytryna	0
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)

	Ilość g/ml
Płatki jęczmienne	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	0
Chleb pszenny	90
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Jajecznica	120
Szynka z indyka	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Ogórek	0
Dżem truskawkowy niskosłodzony	30
II ŚNIADANIE	
Jabłko pieczone	100
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	150
OBIAD	
Rosół drobiowy z makaronem	300
Udko z kurczaka duszone	120
Ziemniaki późne	300
Buraki z jabłkami	120
Kompot wieloowocowy bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Sok marchwiowo-jabłkowy	150
KOLACJA	
Chleb pszenny	100
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Szynkówka wieprzowa	60
Sałatka z dorszem pieczonym z sosem winegret	80
Pomidor bez skórki	100
Cytryna	0
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)

	Ilość g/ml	ALERGENY
Płatki jęczmienne	30	1,7
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	7
Chleb pszenny	90	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Jajecznica	60	7
Szynka z indyka	60	7,8,9,10
Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	0	
Pomidor bez skórki	100	
Ogórek	0	
Dżem truskawkowy niskosłodzony	30	
II ŚNIADANIE		
Jabłko pieczone	100	7
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	150	
OBIAD		
Rosół drobiowy z makaronem	300	1 7,9
Udko z kurczaka duszone	120	1, 6
Ziemniaki późne	300	1,7
Buraki z jabłkami	120	
Kompot wieloowocowy bez cukru	300	
PODWIECZOREK		
Sok marchwiowo-jabłkowy	0	
KOLACJA		
Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Szynkówka wieprzowa	40	
Sałatka z dorszem pieczonym z sosem winegret	80	7
Pomidor bez skórki	100	9
Cytryna	0	
Herbata, napar bez cukru	250	

WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*33,812272*	*10,49982*	*37,16075*	*18,52716*	*100*
Energia kJ	3 316,40	1 070,50	3 810,00	1 897,10	**10 094,00**
Energia kcal	826,00	256,30	907,80	452,60	**2 442,90**
Tłuszcz	27,78	11,85	15,36	19,20	**74,18**
Kw. nasycone	13,45	7,41	4,52	8,09	**33,47**
Węglowodany	96,51	27,60	144,94	56,92	**325,96**
Cukry	28,58	23,40	23,76	8,21	**83,94**
Białko	44,25	13,30	53,70	20,43	**131,68**
Sól	3,44	0,16	1,10	3,01	**7,72**
Błonnik	9,20	3,90	17,16	6,87	**37,13**
Sód	1 377,65	65,00	439,80	1 205,85	**3 088,30**

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*26,33012*	*9,484913*	*40,51955*	*23,66542*	*100*
Energia kJ	2 330,30	887,50	3 810,00	2 229,30	**9 257,10**
Energia kcal	589,90	212,50	907,80	530,20	**2 240,40**
Tłuszcz	24,57	11,65	15,36	20,06	**71,63**
Kw. nasycone	11,79	7,39	4,52	8,23	**31,93**
Węglowodany	45,87	16,30	144,94	66,02	**273,12**
Cukry	9,64	14,00	23,76	11,95	**59,35**
Białko	35,58	12,40	53,70	22,25	**123,93**
Sól	2,79	0,16	1,10	3,47	**7,51**
Błonnik	7,04	2,00	17,16	10,27	**36,47**
Sód	1 115,15	599,50	439,80	1 388,45	**3 542,90**

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*31,79434*	*11,7064*	*35,015045*	*21,48422*	*100*
Energia kJ	3 306,30	1 268,50	3 810,00	2 332,20	**10 717,00**
Energia kcal	824,30	303,50	907,80	557,00	**2 592,60**
Tłuszcz	27,62	13,05	15,36	19,65	**75,68**
Kw. nasycone	13,41	8,27	4,52	8,15	**34,36**
Węglowodany	98,57	36,30	144,94	82,83	**362,64**
Cukry	26,05	27,30	23,76	7,23	**84,34**
Białko	44,13	13,20	53,70	23,38	**134,41**
Sól	3,43	0,16	1,10	3,47	**8,16**
Błonnik	8,37	3,50	17,16	2,24	**31,27**
Sód	8,37	3,50	17,16	2,24	**31,27**

	Ś	II	O	P	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*28,67533*	*10,34153*	*36,17742*	*2,749771*	*22,0559519*	*100*
Energia kJ	3 306,30	1 268,50	3 219,00	69,00	2 316,95	**10 179,75**
Energia kcal	719,55	259,50	907,80	69,00	553,45	**2 509,30**
Tłuszcz	25,03	12,85	15,36	0,45	25,85	**79,53**
Kw. nasycone	11,55	8,25	4,52	0,05	11,63	**36,00**
Węglowodany	89,99	25,00	144,94	18,45	66,37	**344,74**
Cukry	17,47	17,90	23,76	14,85	7,27	**81,24**
Białko	32,49	12,30	53,70	0,75	23,87	**123,10**
Sól	2,88	0,16	1,10	0,11	3,40	**7,65**
Błonnik	8,37	1,60	17,16	3,30	9,84	**40,27**
Sód	1 152,10	62,00	439,80	45,00	**1 698,90**	**3 397,80**

	Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*26,11752*	*13,1716*	*39,39762*	*21,51325*	*100*
Energia kJ	2 452,20	1 268,50	3 219,00	2 056,50	**8996,2**
Energia kcal	601,80	303,50	907,80	491,10	**2304,2**
Tłuszcz	11,03	13,05	15,46	12,30	**51,74**
Kw. nasycone	3,82	8,27	4,52	3,12	**19,74**
Węglowodany	85,62	36,30	144,94	82,72	**349,58**
Cukry	24,50	27,30	23,76	7,12	**82,68**
Białko	31,54	13,20	53,70	23,02	**121,46**
Sól	2,85	0,16	1,10	3,38	**7,49**
Błonnik	8,37	3,50	17,16	8,09	**37,12**
Sód	1 141,00	0,00	439,80	1 351,40	**2 932,20**

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. łubin, 14. mięczaki

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby sporządzającej

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis o

03.06.26r.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 30.06.2026

10 dzień wtorek

DIETA PODSTAWOWA (D01)

ŚNIADANIE	Ilość g/ml
Płatki orkiszowe pełnoziarniste	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	60
Chleb żytni pełnoziarnisty	30
Masło śmietankowe	10
Ser, Gouda tłusty	40
Szynka z indyka	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	50
Ogórek	50
Sałata	35
II ŚNIADANIE	
Gruszka	100
Napój mleczny jogurtowy bez cukru	150
OBIAD	
Zupa fasolowa	300
Sos pomidorowy z mięsem wieprzowym i warzywami	120
Makaron gotowany pełnoziarnisty	230
Sałata lodowa z pomidorem i sosem winegret	120
Kompot wieloowocowy bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Sok marchwiowo-jabłkowy	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	80
Chleb żytni pełnoziarnisty	50
Masło śmietankowe	10
Ser twarogowy chudy	40
Szynkówka wieprzowa	60
Papryka czerwona	50
Cytryna	5
Sałata	35
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)

	Ilość g/ml
Płatki orkiszowe pełnoziarniste	0
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	0
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	90
Masło śmietankowe	10
Ser, Gouda tłusty	40
Szynka z indyka	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	50
Ogórek	50
Sałata	35
II ŚNIADANIE	
Gruszka	100
Napój mleczny jogurtowy bez cukru	150
OBIAD	
Zupa fasolowa	300
Sos pomidorowy z mięsem wieprzowym i warzywami	120
Makaron gotowany pełnoziarnisty	230
Sałata lodowa z pomidorem i sosem winegret	120
Kompot wieloowocowy bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Sok marchwiowo-jabłkowy	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	130
Masło śmietankowe	10
Ser twarogowy chudy	40
Szynkówka wieprzowa	60
Papryka czerwona	50
Cytryna	5
Sałata	35
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA ŁATWOSTRAWNA, DIETA PAPKOWATA i PRZETARTA (D02) i (D11, D10)

	Ilość g/ml
Płatki orkiszowe pełnoziarniste	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	90
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Serek twarogowy z ziołami	60
Szynka z indyka	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Ogórek	0
Sałata	35
II ŚNIADANIE	
Jabłko pieczone	100
Napój mleczny jogurtowy bez cukru	150
OBIAD	
Zupa selerowa	300
Sos pomidorowy z mięsem wieprzowym i warzywami	120
Makaron gotowany jasny	230
Sałata lodowa z pomidorem i sosem winegret	120
Kompot wieloowocowy bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Sok marchwiowo-jabłkowy	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Ser twarogowy chudy	40
Szynkówka wieprzowa	60
Pomidor bez skórki	50
Cytryna	0
Sałata	35
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)

	Ilość g/ml
Płatki orkiszowe pełnoziarniste	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	120
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Serek twarogowy z ziołami	60
Szynka z indyka	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Ogórek	0
Sałata	35
II ŚNIADANIE	
Jabłko pieczone	100
Napój mleczny jogurtowy bez cukru	150
OBIAD	
Zupa selerowa	300
Sos pomidorowy z mięsem wieprzowym i warzywami	120
Makaron gotowany jasny	230
Sałata lodowa z pomidorem i sosem winegret	120
Kompot wieloowocowy bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Sok marchwiowo-jabłkowy	150
KOLACJA	
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Ser twarogowy chudy	60
Szynkówka wieprzowa	60
Pomidor bez skórki	50
Cytryna	0
Sałata	35
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)

	Ilość g/ml	ALERGENY
Płatki orkiszowe pełnoziarniste	30	1
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	7
Chleb pszenny	120	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Serek twarogowy z ziołami	0	7
Szynka z indyka	60	7,8,9,10
Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	0	
Pomidor bez skórki	100	
Ogórek	0	
Sałata	35	
II ŚNIADANIE		
Jabłko pieczone	100	
Napój mleczny jogurtowy bez cukru	150	
OBIAD		
Zupa selerowa	300	7,9
Sos pomidorowy z mięsem wieprzowym i warzywami	120	1,9
Makaron gotowany jasny	230	1
Sałata lodowa z pomidorem i sosem winegret	120	
Kompot wieloowocowy bez cukru	300	
PODWIECZOREK		
Sok marchwiowo-jabłkowy	0	
KOLACJA		
Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Ser twarogowy chudy	40	7
Szynkówka wieprzowa	60	7,8,9,10
Pomidor bez skórki	50	7,8,9,10
Cytryna	0	
Sałata	35	
Herbata, napar bez cukru	250	

WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW

	Ś	Ił	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*30,5279*	*8,85906*	*39,58581*	*21,22721*	*100*
Energia kJ	3 424,15	970,00	4 321,50	2 326,55	**10 942,20**
Energia kcal	790,80	231,00	1 032,20	553,50	**2 607,50**
Tłuszcz	31,42	3,25	31,42	18,68	**84,76**
Kw. nasycone	15,55	1,79	6,07	8,56	**31,97**
Węglowodany	78,66	46,95	142,19	73,29	**341,09**
Cukry	14,25	31,65	17,12	8,47	**71,49**
Białko	49,72	7,20	50,62	26,01	**133,55**
Sól	3,46	0,23	0,52	3,29	**7,49**
Błonnik	9,57	4,20	34,00	8,24	**56,01**
Sód	1 382,59	92,50	207,50	1 314,75	**2 997,64**

	Ś	Ił	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*24,96246*	*9,634635*	*43,05138*	*22,15152*	*100*
Energia kJ	2 518,05	970,00	4 321,50	2 258,55	**10 068,10**
Energia kcal	598,50	231,00	1 032,20	535,90	**2 397,60**
Tłuszcz	28,36	3,25	31,42	18,92	**81,94**
Kw. nasycone	13,88	1,79	6,07	8,60	**30,34**
Węglowodany	43,98	46,95	142,19	62,65	**295,77**
Cukry	7,92	31,65	17,12	11,14	**67,83**
Białko	40,18	7,20	50,62	25,29	**123,29**
Sól	3,29	0,23	0,52	3,29	**7,33**
Błonnik	6,93	4,20	34,00	9,52	**54,65**
Sód	1 314,55	615,90	207,50	1 315,55	**3 453,80**

	Ś	Ił	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*33,25854*	*12,64062*	*31,347924*	*22,75312*	*100*
Energia kJ	3 427,65	1 298,00	3 202,40	2 333,95	**10 262,00**
Energia kcal	813,00	309,00	766,30	556,20	**2 444,50**
Tłuszcz	35,40	6,05	28,89	18,36	**88,70**
Kw. nasycone	19,06	3,51	6,51	8,50	**37,58**
Węglowodany	84,35	59,75	101,08	77,97	**323,14**
Cukry	14,64	34,45	15,14	5,33	**69,55**
Białko	43,09	6,60	31,23	26,22	**107,14**
Sól	2,93	0,23	0,65	3,29	**7,11**
Błonnik	9,34	3,20	18,16	1,09	**31,79**
Sód	9,34	3,20	18,16	1,09	**31,79**

	Ś	Ił	O	P	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*34,43098*	*11,55615*	*28,65851*	*2,5805*	*22,7738509*	*100*
Energia kJ	3 427,65	1 298,00	2 611,40	69,00	2 554,80	**9 960,85**
Energia kcal	920,65	309,00	766,30	69,00	608,95	**2 673,90**
Tłuszcz	39,50	6,05	28,89	0,45	22,14	**97,02**
Kw. nasycone	21,63	2,61	6,51	0,05	11,07	**41,86**
Węglowodany	101,20	59,75	101,08	18,45	78,72	**359,20**
Cukry	14,99	34,45	15,14	14,85	6,08	**85,51**
Białko	45,19	6,60	31,23	0,75	29,99	**113,75**
Sól	3,28	0,23	0,65	0,11	3,22	**7,50**
Błonnik	10,69	3,20	18,16	3,30	10,43	**45,78**
Sód	1 312,74	92,50	261,80	45,00	**1 712,04**	**3 424,08**

	Ś	Ił	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*28,15712*	*14,17952*	*35,16428*	*22,49908*	*100*
Energia kJ	2 580,45	1 298,00	2 611,40	2 058,25	**8548,1**
Energia kcal	613,60	309,00	766,30	490,30	**2179,2**
Tłuszcz	10,71	6,05	28,89	11,01	**56,66**
Kw. nasycone	3,68	3,51	6,51	3,47	**17,17**
Węglowodany	97,80	59,75	101,08	77,86	**336,48**
Cukry	12,73	34,45	15,14	5,22	**67,53**
Białko	34,94	6,60	31,23	25,86	**98,63**
Sól	2,71	0,23	0,65	3,20	**6,80**
Błonnik	10,69	3,20	18,16	6,94	**38,99**
Sód	1 083,54	0,16	261,80	1 281,00	**2 626,50**

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. łubin, 14. mięczaki

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby sporządzającej

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis o

03.06.26r.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.