JADŁOSPIS DEKADOWY 01.11.2025

1 dzień sobota

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA (1)	Ilość g/ml	DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)	Ilość g/ml	DIETA ŁATWOSTRAWNA I DIETA PAPKOWATA (2) i (12)	Ilość g/ml	DIETA BOGATOBIAŁKOWA (9)	Ilość g/ml	DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)	Ilość g/ml	ALERGENY
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	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
Parówki z kurczaka na gorąco	60	Parówki z kurczaka na gorąco	60	Parówki z kurczaka na gorąco	60	Parówki z kurczaka na gorąco	60	Parówki z kurczaka na gorąco	0	3
Szynkówka wieprzowa	40	Szynkówka wieprzowa	40	Szynkówka wieprzowa	40	Szynkówka wieprzowa	40	Szynkówka wieprzowa	40	7,8,9,10
Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	5	Cytryna	5	Cytryna	0	Cytryna	0	Cytryna	0	
Pomidor	100	Pomidor	100	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	
Papryka czerwona	50	Papryka czerwona	50	Papryka czerwona	0	Papryka czerwona	0	Papryka czerwona	0	
Sałata	10	Sałata	10	Sałata	10	Sałata	10	Sałata	10	
II ŚNIADANIE		**II ŚNIADANIE**		**II ŚNIADANIE**		**II ŚNIADANIE**		**II ŚNIADANIE**		
Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu	150	Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu	150	Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu	150	Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu	150	Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu	150	1
Nektarynka	80	Nektarynka	80	Banan	100	Banan	100	Banan	100	
OBIAD		**OBIAD**		**OBIAD**		**OBIAD**		**OBIAD**		
Barszcz biały vege	300	Barszcz biały vege	300	Barszcz biały vege	300	Barszcz biały vege	300	Barszcz biały vege	300	7
Klopsiki mielone z mięsa mieszanego	100	Klopsiki mielone z mięsa mieszanego	100	Klopsiki mielone z mięsa mieszanego	100	Klopsiki mielone z mięsa mieszanego	100	Klopsiki mielone z mięsa mieszanego	100	1, 3,6
Ryż pełnoziarnisty ugotowany	150	Ryż pełnoziarnisty ugotowany	150	Ryż biały gotowany	200	Ryż biały gotowany	150	Ryż biały gotowany	150	
Fasolka szparagowa	120	Fasolka szparagowa	120	Fasolka szparagowa	120	Fasolka szparagowa	120	Fasolka szparagowa	120	7
Sos jarzynowy	30	Sos jarzynowy	30	Sos jarzynowy	30	Sos jarzynowy	30	Sos jarzynowy	30	
Woda niegazowana	300	Woda niegazowana	300	Woda niegazowana	300	Woda niegazowana	300	Woda niegazowana	300	
PODWIECZOREK		**PODWIECZOREK**		**PODWIECZOREK**		**PODWIECZOREK**		**PODWIECZOREK**		
Budyń o smaku śmietankowym bez cukru	0	Budyń o smaku śmietankowym bez cukru	0	Budyń o smaku śmietankowym bez cukru	0	Budyń o smaku śmietankowym bez cukru	100	Budyń o smaku śmietankowym bez cukru	100	1,7
KOLACJA		**KOLACJA**		**KOLACJA**		**KOLACJA**		**KOLACJA**		
Chleb pszenny	80	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	130	Chleb pszenny	130	Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	50	Chleb żytni pełnoziarnisty	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
Sałatka z tuńczykiem	80	Sałatka z tuńczykiem	80	Sałatka z tuńczykiem	80	Sałatka z tuńczykiem	80	Sałatka z tuńczykiem	80	7,8,9,10
Serek twarogowy ziarnisty	50	Serek twarogowy ziarnisty	50	Serek twarogowy ziarnisty	50	Serek twarogowy ziarnisty	50	Serek twarogowy ziarnisty	50	7
Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	
Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	5	Cytryna	5	Cytryna	0	Cytryna	0	Cytryna	0	
Ogórek kwaszony	50	Ogórek kwaszony	50	Ogórek kwaszony	0	Ogórek kwaszony	0	Ogórek kwaszony	50	

WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW

	Ś	H	O	K	RAZEM
Energia kJ	3 456,90	396,40	3 094,80	2 493,80	**9 441,90**
Energia kcal	822,90	94,70	739,70	593,50	**2 250,80**
Tłuszcz	33,00	0,91	29,44	19,04	**82,39**
Kw. nasycone	13,89	0,51	10,53	7,87	**32,81**
Węglowodany	105,84	16,49	101,07	78,66	**302,06**
Cukry	20,15	15,53	4,28	6,91	**46,86**
Białko	30,65	5,82	26,25	28,72	**91,44**
Sól	3,70	0,23	1,17	3,73	**8,83**
Błonnik	10,11	0,96	24,51	13,67	**49,25**

	Ś	H	O	K	RAZEM
Energia kJ	2 631,70	396,40	1 521,10	2 425,80	**6 975,00**
Energia kcal	625,00	94,70	739,70	575,90	**2 035,30**
Tłuszcz	29,37	0,91	29,44	19,28	**79,00**
Kw. nasycone	11,98	0,51	10,53	7,92	**30,94**
Węglowodany	66,37	16,49	101,07	68,02	**251,95**
Cukry	11,45	15,53	4,28	9,58	**40,84**
Białko	21,68	5,82	26,25	28,00	**81,75**
Sól	3,53	0,23	1,17	3,74	**8,66**
Błonnik	10,43	0,96	24,51	14,95	**50,85**

	Ś	H	O	K	RAZEM
Energia kJ	3 432,30	633,00	3 128,30	2 538,20	**9 731,80**
Energia kcal	818,10	150,50	747,70	604,70	**2 321,00**
Tłuszcz	32,58	1,05	28,19	18,93	**80,75**
Kw. nasycone	13,81	0,63	10,53	7,85	**32,82**
Węglowodany	108,71	30,55	94,02	85,69	**318,97**
Cukry	15,85	26,55	3,98	5,36	**51,74**
Białko	30,41	6,10	24,20	29,08	**89,79**
Sól	3,69	0,23	1,17	2,86	**7,95**
Błonnik	8,21	1,70	12,86	7,27	**30,04**

	Ś	H	O	K	RAZEM
Energia kJ	3 107,00	633,00	3 128,30	2 538,20	**9 406,50**
Energia kcal	876,55	150,50	682,70	637,65	**2 347,40**
Tłuszcz	37,76	1,05	28,09	27,60	**89,00**
Kw. nasycone	16,92	0,63	10,46	10,36	**38,37**
Węglowodany	111,22	30,55	82,77	85,74	**310,28**
Cukry	18,36	26,55	3,98	5,42	**54,30**
Białko	32,17	9,30	23,25	29,14	**93,85**
Sól	3,76	0,31	1,16	2,86	**8,12**
Błonnik	8,21	1,80	12,51	14,67	**37,19**

	Ś	H	O	K	RAZEM
Energia kJ	2 182,10	633,00	2 856,30	2 265,00	**7956,4**
Energia kcal	519,00	150,50	682,70	544,30	**1896,5**
Tłuszcz	11,79	1,05	28,09	11,63	**52,56**
Kw. nasycone	2,26	0,63	10,46	2,83	**16,18**
Węglowodany	105,23	30,55	82,77	86,53	**305,08**
Cukry	14,97	26,55	3,98	5,90	**51,40**
Białko	18,24	6,10	23,25	29,47	**77,06**
Sól	2,85	0,23	1,16	3,72	**7,96**
Błonnik	8,15	1,70	12,51	13,37	**35,73**

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

akcept. 10.10.2025r.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o

JADŁOSPIS DEKADOWY 02.11.2025

2 dzień niedziela

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA (1)

	Ilość g/ml
Płatki ryżowe	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	80
Chleb żytni pełnoziarnisty	50
Masło śmietankowe	10
Serek twarogowy z ziołami	60
Szynka z indyka	40
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	100
Ogórek	50
Sałata	35
II ŚNIADANIE	
Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150
Gruszka	100
OBIAD	
Rosół drobiowy z makaronem	300
Filet z piersi kurczaka pieczony	100
Ziemniaki późne	200
Buraki z jabłkami i oliwą	120
Sos śmietanowo-koperkowy	30
Woda niegazowana	300
PODWIECZOREK	
Chrupki kukurydziane	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	80
Chleb żytni pełnoziarnisty	50
Masło śmietankowe	10
Pasztet pieczony	40
Serek twarogowy ziarnisty	100
Ogórek kwaszony	50
Cytryna	5
Pomidor	100
Herbata, napar bez cukru	250

WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW	Ś	II	O	K	RAZEM
Energia kJ	3 269,05	606,50	2 944,60	2 765,80	**9 524,95**
Energia kcal	768,60	144,00	712,80	658,30	**2 283,70**
Tłuszcz	26,12	3,20	16,94	26,37	**72,63**
Kw. nasycone	16,27	1,83	4,52	13,16	**35,78**
Węglowodany	108,00	23,70	98,21	79,99	**309,90**
Cukry	20,37	18,30	15,27	12,31	**66,25**
Białko	28,68	7,05	48,42	29,29	**113,44**
Sól	3,17	0,24	1,69	4,23	**9,34**
Błonnik	8,90	2,10	7,82	9,12	**27,94**

DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)

	Ilość g/ml
Płatki ryżowe	0
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	0
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	130
Masło śmietankowe	10
Serek twarogowy z ziołami	60
Szynka z indyka	40
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	100
Ogórek	50
Sałata	35
II ŚNIADANIE	
Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150
Gruszka	100
OBIAD	
Rosół drobiowy z makaronem	300
Filet z piersi kurczaka pieczony	100
Ziemniaki późne	200
Buraki z jabłkami i oliwą	120
Sos śmietanowo-koperkowy	30
Woda niegazowana	300
PODWIECZOREK	
Chrupki kukurydziane	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	130
Masło śmietankowe	10
Pasztet pieczony	40
Serek twarogowy ziarnisty	100
Ogórek kwaszony	50
Cytryna	5
Pomidor	100
Herbata, napar bez cukru	250

	Ś	II	O	K	RAZEM
	2 397,25	606,50	2 944,60	2 697,80	**8 646,15**
	565,60	144,00	712,80	640,70	**2 063,10**
	23,74	3,20	16,94	26,61	**70,48**
	14,61	1,83	4,52	13,21	**34,16**
	64,06	23,70	98,21	69,35	**255,32**
	11,94	18,30	15,27	14,98	**60,49**
	20,85	7,05	48,42	28,57	**104,89**
	2,60	0,24	1,69	4,23	**8,76**
	9,97	2,10	7,82	10,40	**30,29**

DIETA ŁATWOSTRAWNA I DIETA PAPKOWATA (2) i (12)

	Ilość g/ml
Płatki ryżowe	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	60
Szynka z indyka	40
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Ogórek	0
Sałata	35
II ŚNIADANIE	
Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150
Jabłko pieczone	100
OBIAD	
Rosół drobiowy z makaronem	300
Filet z piersi kurczaka pieczony	100
Ziemniaki późne	200
Buraki z jabłkami i oliwą	120
Sos śmietanowo-koperkowy	30
Woda niegazowana	300
PODWIECZOREK	
Chrupki kukurydziane	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Pasztet pieczony	40
Serek twarogowy ziarnisty	100
Ogórek kwaszony	50
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Herbata, napar bez cukru	250

	Ś	II	O	K	RAZEM
	2 881,95	770,50	2 944,60	2 800,70	**9 397,75**
	695,10	183,00	712,80	667,50	**2 258,40**
	17,21	4,60	16,94	26,20	**64,95**
	10,16	2,69	4,52	13,13	**30,50**
	112,55	30,10	98,21	86,16	**327,02**
	17,06	19,70	15,27	10,26	**62,29**
	29,34	6,75	48,42	29,70	**114,21**
	2,84	0,24	1,69	4,23	**9,00**
	7,75	1,60	7,82	2,37	**19,54**

DIETA BOGATOBIAŁKOWA (9)

	Ilość g/ml
Płatki ryżowe	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	100
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	100
Szynka z indyka	40
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Ogórek	0
Sałata	35
II ŚNIADANIE	
Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150
Jabłko pieczone	100
OBIAD	
Rosół drobiowy z makaronem	300
Filet z piersi kurczaka pieczony	120
Ziemniaki późne	200
Buraki z jabłkami i oliwą	120
Sos śmietanowo-koperkowy	30
Woda niegazowana	300
PODWIECZOREK	
Chrupki kukurydziane	50
KOLACJA	
Chleb pszenny	100
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Pasztet pieczony	40
Serek twarogowy ziarnisty	100
Ogórek kwaszony	50
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Herbata, napar bez cukru	250

	Ś	II	O	P	K	RAZEM
	2 881,95	770,50	3 036,60	737,00	2 625,65	**10 051,70**
	697,75	183,00	737,00	176,00	625,75	**2 419,50**
	23,46	4,60	17,65	1,50	29,46	**76,67**
	14,58	2,69	4,72	0,18	15,50	**37,75**
	96,92	30,10	98,21	39,45	69,42	**334,10**
	17,93	19,70	15,27	0,15	10,02	**63,07**
	30,55	6,75	52,82	4,45	27,47	**122,04**
	2,55	0,24	1,79	0,02	4,16	**8,75**
	6,40	1,60	7,82	3,80	7,95	**27,57**

DIETA WĄTROBOWA - DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)

	Ilość g/ml	ALERGENY
Płatki ryżowe	30	1
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	7
Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	60	7
Szynka z indyka	40	
Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	0	
Pomidor bez skórki	100	
Ogórek	0	
Sałata	35	
II ŚNIADANIE		
Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150	7
Jabłko pieczone	100	
OBIAD		
Rosół drobiowy z makaronem	300	
Filet z piersi kurczaka pieczony	120	
Ziemniaki późne	200	1
Buraki z jabłkami i oliwą	120	
Sos śmietanowo-koperkowy	0	
Woda niegazowana	300	
PODWIECZOREK		
Chrupki kukurydziane	0	1
KOLACJA		
Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Pasztet pieczony	40	4, 9, 10
Serek twarogowy ziarnisty	100	7
Ogórek kwaszony	50	7
Cytryna	0	
Pomidor bez skórki	100	
Herbata, napar bez cukru	250	

	Ś	II	O	K	RAZEM
Energia kJ	2 606,25	770,50	2 966,40	2 525,00	**8868,15**
Energia kcal	629,20	183,00	720,20	601,60	**2134**
Tłuszcz	9,86	4,60	16,81	18,85	**50,12**
Kw. nasycone	5,13	2,69	4,24	8,10	**20,16**
Węglowodany	111,38	30,10	96,56	86,05	**324,09**
Cukry	16,95	19,70	14,76	10,15	**61,56**
Białko	29,23	6,75	52,40	29,34	**117,72**
Sól	2,82	0,24	1,40	4,14	**8,60**
Błonnik	7,75	1,60	7,76	8,22	**25,33**

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

10.10.25r.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 03.11.2025

3 dzień poniedziałek

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA (1)

	Ilość g/ml
Kluski lane	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	80
Chleb żytni pełnoziarnisty	50
Masło śmietankowe	10
Ser twarogowy chudy w kawałku	60
Jaja gotowane	120
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	100
Rzodkiewka	30
II ŚNIADANIE	
Banan	100
Kefir 2% tłuszczu	150
OBIAD	
Zupa kalafiorowa I	300
Bitki wieprzowe w sosie i jarzynach	120
Kasza jęczmienna gotowana	150
Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora, ogórka kiszonego	150
Kompot z jabłek bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Mus jabłkowy	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	80
Chleb żytni pełnoziarnisty	50
Masło śmietankowe	10
Sałatka z dorszem i warzywami	60
Szynka kanapkowa	30
Pomidor	100
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5

WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW	Ś	II	O	K	RAZEM
Energia kJ	2 892,70	1 156,50	2 973,90	2 034,70	**9 057,80**
Energia kcal	688,20	276,50	709,80	483,60	**2 158,10**
Tłuszcz	21,87	6,00	22,56	11,66	**62,08**
Kw. nasycone	9,97	3,56	7,78	6,43	**27,74**
Węglowodany	86,33	45,40	108,69	75,08	**315,49**
Cukry	16,53	33,45	21,30	8,40	**79,67**
Białko	39,96	10,90	24,18	19,83	**94,87**
Sól	2,17	0,30	0,44	3,00	**5,91**
Błonnik	8,85	1,85	14,73	8,73	**34,16**

Legenda: Alergeny występujące w produktach:

DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)

	Ilość g/ml
Kluski lane	0
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	0
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	130
Masło śmietankowe	10
Ser twarogowy chudy w kawałku	60
Jaja gotowane	120
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	100
Rzodkiewka	30
II ŚNIADANIE	
Banan	100
Kefir 2% tłuszczu	150
OBIAD	
Zupa kalafiorowa I	300
Bitki wieprzowe w sosie i jarzynach	120
Kasza jęczmienna gotowana	150
Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora, ogórka kiszonego	150
Kompot z jabłek bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Mus jabłkowy	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	130
Masło śmietankowe	10
Sałatka z dorszem i warzywami	60
Szynka kanapkowa	30
Pomidor	100
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5

Ś	II	O	K	RAZEM
2 411,00	1 156,50	2 973,90	1 966,70	**8 508,10**
572,20	276,50	709,80	466,00	**2 024,50**
19,26	6,00	22,56	11,90	**59,71**
8,39	3,56	7,78	6,48	**26,21**
63,72	45,40	108,69	64,44	**282,24**
11,67	33,45	21,30	11,07	**77,48**
32,91	10,90	24,18	19,11	**87,10**
1,99	0,30	0,44	3,00	**5,73**
9,98	1,85	14,73	10,01	**36,57**

DIETA ŁATWOSTRAWNA I DIETA PAPKOWATA (2) i (12)

	Ilość g/ml
Kluski lane	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Ser twarogowy chudy w kawałku	60
Jaja gotowane	120
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Rzodkiewka	0
II ŚNIADANIE	
Banan	100
Kefir 2% tłuszczu	150
OBIAD	
Zupa kalafiorowa I	300
Bitki wieprzowe w sosie i jarzynach	120
Kasza jęczmienna gotowana	150
Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora, ogórka kiszonego	150
Kompot z jabłek bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Mus jabłkowy	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Sałatka z dorszem i warzywami	60
Szynka kanapkowa	30
Pomidor bez skórki	100
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0

Ś	II	O	K	RAZEM
2 930,45	1 156,50	2 973,90	2 069,60	**9 130,45**
698,10	276,50	709,80	492,80	**2 177,20**
21,71	6,00	22,56	11,49	**61,76**
9,94	3,56	7,78	6,40	**27,67**
92,20	45,40	108,69	81,25	**327,54**
14,47	33,45	21,30	6,35	**75,57**
40,56	10,90	24,18	20,24	**95,88**
2,17	0,30	0,44	2,99	**5,91**
7,69	1,85	14,73	1,98	**26,25**

DIETA BOGATOBIAŁKOWA (9)

	Ilość g/ml
Kluski lane	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Ser twarogowy chudy w kawałku	100
Jaja gotowane	120
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Rzodkiewka	0
II ŚNIADANIE	
Banan	100
Kefir 2% tłuszczu	150
OBIAD	
Zupa kalafiorowa I	300
Bitki wieprzowe w sosie i jarzynach	120
Kasza jęczmienna gotowana	150
Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora, ogórka kiszonego	150
Kompot z jabłek bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Mus jabłkowy	80
KOLACJA	
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Sałatka z dorszem i warzywami	60
Szynka kanapkowa	30
Pomidor bez skórki	100
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0

Ś	II	O	P	K	RAZEM
2 930,45	1 156,50	2 328,90	424,00	2 207,45	**9 047,30**
770,65	171,50	709,80	101,60	525,75	**2 279,30**
25,59	3,30	22,56	0,40	15,17	**67,01**
12,56	0,12	7,78	0,02	8,91	**29,39**
93,65	30,55	108,69	22,96	81,31	**337,16**
15,92	26,55	21,30	22,24	6,41	**92,42**
48,54	6,10	24,18	1,76	20,30	**100,87**
2,22	0,15	0,44	0,08	2,99	**5,88**
7,69	1,70	14,73	0,64	13,49	**38,25**

DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)

	Ilość g/ml	ALERGENY
Kluski lane	30	1
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	7
Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Ser twarogowy chudy w kawałku	60	7
Jaja gotowane	60	3
Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	0	
Pomidor bez skórki	100	
Rzodkiewka	0	
II ŚNIADANIE		
Banan	100	
Kefir 2% tłuszczu	150	7
OBIAD		
Zupa kalafiorowa I	300	7,9
Bitki wieprzowe w sosie i jarzynach	120	1,9
Kasza jęczmienna gotowana	150	1
Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora, ogórka kiszonego	150	
Kompot z jabłek bez cukru	300	
PODWIECZOREK		
Mus jabłkowy	0	
KOLACJA		
Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Sałatka z dorszem i warzywami	60	7
Szynka kanapkowa	30	7,8,9,10
Pomidor bez skórki	100	7
Herbata, napar bez cukru	250	7,8,9,10
Cytryna	0	

	Ś	II	O	K	RAZEM
Energia kJ	2 381,15	1 156,50	2 328,90	1 793,90	**7660,45**
Energia kcal	566,80	276,50	709,80	426,90	**1980**
Tłuszcz	9,80	6,00	22,56	4,14	**42,50**
Kw. nasycone	3,50	3,56	7,78	1,37	**16,21**
Węglowodany	90,77	45,40	108,69	81,14	**326,00**
Cukry	14,06	33,45	21,30	6,24	**75,05**
Białko	34,57	10,90	24,18	20,13	**89,78**
Sól	1,98	0,30	0,44	2,97	**5,70**
Błonnik	7,69	1,85	14,73	7,83	**32,10**

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

akcept. 10.10.25

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 04.11.2025

4 dzień wtorek

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA (1)

	Ilość g/ml
Płatki kukurydziane	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	80
Chleb żytni pełnoziarnisty	50
Masło śmietankowe	10
Serek twarogowy z ziołami	60
Szynka z piersi kurczaka	40
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	50
Papryka czerwona	50
Sałata	35
II ŚNIADANIE	
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	150
Jabłko	100
OBIAD	
Barszcz ukraiński	300
Kotlet mielony drobiowy duszony	80
Ziemniaki późne	200
Marchewka z groszkiem	100
Kompot wieloowocowy bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Twarożek kremowy	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	80
Chleb żytni pełnoziarnisty	50
Masło śmietankowe	10
Szynka kanapkowa	40
Pasta z twarogu i jajka	50
Cytryna	5
Pomidor	100
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)

	Ilość g/ml
Płatki kukurydziane	0
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	0
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	130
Masło śmietankowe	10
Serek twarogowy z ziołami	60
Szynka z piersi kurczaka	40
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	50
Papryka czerwona	50
Sałata	35
II ŚNIADANIE	
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	150
Jabłko	100
OBIAD	
Barszcz ukraiński	300
Kotlet mielony drobiowy duszony	80
Ziemniaki późne	200
Marchewka z groszkiem	100
Kompot wieloowocowy bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Twarożek kremowy	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	130
Masło śmietankowe	10
Szynka kanapkowa	40
Pasta z twarogu i jajka	50
Cytryna	5
Pomidor	100
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA ŁATWOSTRAWNA I DIETA PAPKOWATA (2) i (12)

	Ilość g/ml
Płatki kukurydziane	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Serek twarogowy z ziołami	60
Szynka z piersi kurczaka	40
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Papryka czerwona	0
Sałata	35
II ŚNIADANIE	
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	150
Jabłko pieczone	100
OBIAD	
Barszcz czerwony	300
Kotlet mielony drobiowy duszony	80
Ziemniaki późne	120
Marchewka z groszkiem	100
Kompot wieloowocowy bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Twarożek kremowy	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Szynka kanapkowa	40
Pasta z twarogu i jajka	100
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA BOGATOBIAŁKOWA (9)

	Ilość g/ml
Płatki kukurydziane	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	100
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Serek twarogowy z ziołami	100
Szynka z piersi kurczaka	40
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Papryka czerwona	0
Sałata	35
II ŚNIADANIE	
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	150
Jabłko pieczone	100
OBIAD	
Barszcz czerwony	300
Kotlet mielony drobiowy duszony	120
Ziemniaki późne	200
Marchewka z groszkiem	100
Kompot wieloowocowy bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Twarożek kremowy	80
KOLACJA	
Chleb pszenny	100
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Szynka kanapkowa	40
Pasta z twarogu i jajka	100
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)

	Ilość g/ml	ALERGENY
Płatki kukurydziane	30	1,7
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	7
Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Serek twarogowy z ziołami	60	7
Szynka z piersi kurczaka	40	7,8,9,10
Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	0	
Pomidor bez skórki	100	
Papryka czerwona	0	
Sałata	35	
II ŚNIADANIE		
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	150	
Jabłko pieczone	100	
OBIAD		
Barszcz ukraiński	300	1 7,9
Kotlet mielony drobiowy duszony	80	1,3, 6
Ziemniaki późne	200	
Marchewka z groszkiem	100	12
Kompot wieloowocowy bez cukru	300	
PODWIECZOREK		
Twarożek kremowy	0	1,7
KOLACJA		
Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Szynka kanapkowa	40	7,8,9,10
Pasta z twarogu i jajka	50	7
Cytryna	0	
Pomidor bez skórki	100	
Herbata, napar bez cukru	250	

WARTOSCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW

	Ś	II	O	K	RAZEM
Energia kJ	3 219,90	887,50	2 812,80	2 042,40	**8 962,60**
Energia kcal	763,30	212,50	671,40	485,05	**2 132,25**
Tłuszcz	26,37	11,65	10,62	13,25	**61,88**
Kw. nasycone	16,10	7,39	6,41	6,06	**35,96**
Węglowodany	106,36	16,30	102,34	72,96	**297,95**
Cukry	20,89	14,00	26,04	7,38	**68,31**
Białko	29,74	12,40	28,80	20,81	**91,75**
Sól	3,93	0,16	1,02	2,80	**7,91**
Błonnik	10,33	2,00	18,46	8,20	**38,99**

	Ś	II	O	K	RAZEM
Energia kJ	2 399,20	887,50	2 812,80	1 974,40	**8 073,90**
Energia kcal	566,30	212,50	671,40	467,45	**1 917,65**
Tłuszcz	23,61	11,65	10,62	13,49	**59,36**
Kw. nasycone	14,49	7,39	6,41	6,11	**34,40**
Węglowodany	63,14	16,30	102,34	62,32	**244,09**
Cukry	11,41	14,00	26,04	10,05	**61,50**
Białko	21,85	12,40	28,80	20,09	**83,14**
Sól	2,89	0,16	1,02	2,81	**6,87**
Błonnik	9,63	2,00	18,46	9,48	**39,57**

	Ś	II	O	K	RAZEM
Energia kJ	3 227,30	1 085,50	2 482,20	2 282,80	**9 077,80**
Energia kcal	766,00	259,50	591,40	543,10	**2 160,00**
Tłuszcz	26,05	12,85	12,94	15,03	**66,87**
Kw. nasycone	16,04	8,25	7,57	6,08	**37,94**
Węglowodany	111,03	25,00	75,14	81,19	**292,36**
Cukry	17,74	17,90	20,64	6,40	**62,68**
Białko	29,95	12,30	27,58	26,66	**96,49**
Sól	3,94	0,16	0,85	2,91	**7,85**
Błonnik	9,03	1,60	14,48	1,70	**26,81**

	Ś	II	O	P	K	RAZEM
Energia kJ	3 227,30	1 085,50	2 533,20	373,60	2 107,75	**9 327,35**
Energia kcal	819,45	259,50	744,60	89,60	501,35	**2 414,50**
Tłuszcz	38,11	12,85	14,44	5,36	18,29	**89,04**
Kw. nasycone	24,50	8,25	9,58	3,92	8,54	**54,78**
Węglowodany	95,53	25,00	93,66	1,52	64,45	**280,15**
Cukry	18,70	17,90	22,16	1,52	6,16	**66,43**
Białko	30,77	12,30	33,90	8,80	24,43	**110,19**
Sól	3,86	0,16	1,02	0,52	2,84	**8,39**
Błonnik	7,68	1,60	16,04	0,00	8,10	**33,42**

	Ś	II	O	K	RAZEM
Energia kJ	2 951,60	1 085,50	2 221,80	1 801,60	**8060,5**
Energia kcal	700,10	259,50	671,40	428,35	**2059,35**
Tłuszcz	18,70	12,85	10,62	5,73	**47,90**
Kw. nasycone	11,01	8,25	6,41	1,00	**26,67**
Węglowodany	111,86	25,00	102,34	79,02	**318,22**
Cukry	17,63	17,90	26,04	5,23	**66,80**
Białko	29,84	12,30	28,80	20,86	**91,80**
Sól	3,92	0,16	1,02	2,71	**7,80**
Błonnik	9,03	1,60	18,46	7,30	**36,39**

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

10. 10. 25r.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 05.11.2025

5 dzień środa

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA (1)

	Ilość g/ml
Płatki owsiane	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	80
Chleb żytni pełnoziarnisty	50
Masło śmietankowe	10
Ser, Ermentaler pełnotłusty	50
Polędwica drobiowa	50
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	100
Ogórek	50
Sałata	35
II ŚNIADANIE	
Banan	100
Kefir 2% tłuszczu	150
OBIAD	
Zupa Jarzynowa	300
Pieczeń rzymska	120
Ziemniaki późne	200
Surówka z kapusty kwaszonej z oliwą	150
Sos pieczeniowy	30
Woda niegazowana	300
PODWIECZOREK	
Truskawki w galaretce bez cukru	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	80
Chleb żytni pełnoziarnisty	50
Masło śmietankowe	10
Baton z kurczaka	40
Ser twarogowy chudy w kawałku	50
Cytryna	5
Pomidor	100
Herbata, napar bez cukru	250
WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW	

	Ś	II	O	K	RAZEM
Energia kJ	3 444,65	717,00	2 537,40	2 114,80	**8 813,85**
Energia kcal	820,10	171,50	605,60	502,50	**2 099,70**
Tłuszcz	30,07	3,30	24,23	12,83	**70,42**
Kw. nasycone	16,42	1,91	6,05	6,54	**30,92**
Węglowodany	102,04	30,55	80,39	72,13	**285,11**
Cukry	15,95	26,55	11,70	7,55	**61,75**
Białko	34,00	6,10	26,63	26,27	**93,00**
Sól	2,92	0,15	1,73	2,29	**7,09**
Błonnik	10,76	1,70	10,37	7,95	**30,78**

DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)

	Ilość g/ml
Płatki owsiane	0
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	0
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	130
Masło śmietankowe	10
Ser, Ermentaler pełnotłusty	50
Polędwica drobiowa	50
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	100
Ogórek	50
Sałata	35
II ŚNIADANIE	
Banan	100
Kefir 2% tłuszczu	150
OBIAD	
Zupa Jarzynowa	300
Pieczeń rzymska	120
Ziemniaki późne	200
Surówka z kapusty kwaszonej z oliwą	150
Sos pieczeniowy	30
Woda niegazowana	300
PODWIECZOREK	
Truskawki w galaretce bez cukru	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	130
Masło śmietankowe	10
Baton z kurczaka	40
Ser twarogowy chudy w kawałku	100
Cytryna	5
Pomidor	100
Herbata, napar bez cukru	250

	Ś	II	O	K	RAZEM
	2 620,65	717,00	2 537,40	2 254,30	**8 129,35**
	622,20	171,50	605,60	534,40	**1 933,70**
	25,90	3,30	24,23	13,32	**66,74**
	14,63	1,91	6,05	6,73	**29,31**
	63,11	30,55	80,39	63,24	**237,29**
	10,55	26,55	11,70	11,97	**60,77**
	24,61	6,10	26,63	35,45	**92,79**
	2,75	0,15	1,73	2,34	**6,98**
	9,97	1,70	10,37	9,23	**31,27**

DIETA ŁATWOSTRAWNA I DIETA PAPKOWATA (2) i (12)

	Ilość g/ml
Płatki owsiane	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Ser twarogowy chudy w kawałku	50
Polędwica drobiowa	50
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Ogórek	0
Sałata	35
II ŚNIADANIE	
Banan	100
Kefir 2% tłuszczu	150
OBIAD	
Zupa Jarzynowa	300
Pieczeń rzymska	120
Ziemniaki późne	120
Sałata zielona ze śmietaną	150
Sos pieczeniowy	30
Woda niegazowana	300
PODWIECZOREK	
Truskawki w galaretce bez cukru	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Baton z kurczaka	40
Ser twarogowy chudy w kawałku	50
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Herbata, napar bez cukru	250

	Ś	II	O	K	RAZEM
	2 864,05	717,00	2 080,80	2 149,70	**7 811,55**
	682,30	171,50	497,10	511,70	**1 862,60**
	15,25	3,30	20,55	12,66	**51,76**
	7,64	1,91	7,28	6,51	**23,33**
	108,47	30,55	59,49	78,30	**276,81**
	14,46	26,55	11,10	5,50	**57,61**
	29,56	6,10	25,86	26,68	**88,20**
	1,82	0,15	1,10	2,29	**5,35**
	9,61	1,70	7,59	1,20	**20,10**

DIETA BOGATOBIAŁKOWA (9)

	Ilość g/ml
Płatki owsiane	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	0
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Ser twarogowy chudy w kawałku	50
Polędwica drobiowa	50
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Ogórek	0
Sałata	35
II ŚNIADANIE	
Banan	100
Kefir 2% tłuszczu	250
OBIAD	
Zupa Jarzynowa	300
Pieczeń rzymska	120
Ziemniaki późne	200
Sałata zielona ze śmietaną	150
Sos pieczeniowy	30
Woda niegazowana	300
PODWIECZOREK	
Truskawki w galaretce bez cukru	100
KOLACJA	
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Baton z kurczaka	40
Ser twarogowy chudy w kawałku	100
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Herbata, napar bez cukru	250

	Ś	II	O	P	K	RAZEM
	2 704,90	717,00	2 366,40	#NAZWA?	2 495,05	###
	644,75	222,50	565,10	52,00	594,15	**2 078,50**
	16,68	5,30	20,63	0,00	16,59	**59,19**
	8,72	3,10	7,28	0,00	9,16	**28,26**
	101,02	35,25	75,89	1,20	80,11	**293,47**
	7,01	31,25	12,30	0,50	7,31	**58,37**
	24,52	9,50	27,38	1,50	36,39	**99,28**
	1,67	0,24	1,11	0,00	2,22	**5,24**
	9,61	1,70	8,87	0,00	9,93	**30,11**

DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)

	Ilość g/ml	ALERGENY
Płatki owsiane	30	1
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	7
Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Ser twarogowy chudy w kawałku	50	7
Polędwica drobiowa	50	7,8,9,10
Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	0	
Pomidor bez skórki	100	
Ogórek	0	
Sałata	35	
II ŚNIADANIE		
Banan	100	
Kefir 2% tłuszczu	150	
OBIAD		
Zupa Jarzynowa	300	1,3,9
Pieczeń rzymska	120	1,3, 9
Ziemniaki późne	250	1
Sałata zielona ze śmietaną	150	
Sos pieczeniowy	30	
Woda niegazowana	300	
PODWIECZOREK		
Truskawki w galaretce bez cukru	0	
KOLACJA		
Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Baton z kurczaka	40	7,8,9,10
Ser twarogowy chudy w kawałku	100	7
Cytryna	0	
Pomidor bez skórki	100	
Herbata, napar bez cukru	250	

	Ś	II	O	K	RAZEM
Energia kJ	2 588,35	717,00	2 544,90	2 081,50	**7931,75**
Energia kcal	616,40	171,50	607,60	495,30	**1890,8**
Tłuszcz	7,90	3,30	20,68	5,56	**37,44**
Kw. nasycone	2,62	1,91	7,29	1,62	**13,43**
Węglowodany	107,34	30,55	86,14	79,94	**303,97**
Cukry	14,35	26,55	13,05	7,14	**61,09**
Białko	29,45	6,10	28,33	36,22	**100,10**
Sól	1,80	0,15	1,12	2,25	**5,32**
Błonnik	9,61	1,70	9,67	7,05	**28,03**

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

10.10.25r.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 06.11.2025

6 dzień czwartek

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA (1)

	Ilość g/ml
Kasza jaglana	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	80
Chleb żytni pełnoziarnisty	50
Masło śmietankowe	10
Kiełbasa szynkowa	40
Jajecznica na parze	120
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	100
Ogórek kwaszony	50
II ŚNIADANIE	
Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu	150
Jabłko	100
OBIAD	
Zupa z zielonego groszku	300
Potrawka z kurczaka z warzywami	150
Ryż pełnoziarnisty ugotowany	200
Buraki z jabłkami i oliwą	150
Kompot z jabłek bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Herbatniki bez cukru	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	80
Chleb żytni pełnoziarnisty	50
Masło śmietankowe	10
Paprykarz	80
Szynka kanapkowa	40
Serek twarogowy ziarnisty	0
Cytryna	5
Pomidor	100
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘ.- GŁOWODANÓW (6)

	Ilość g/ml
Kasza jaglana	0
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	0
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	130
Masło śmietankowe	10
Kiełbasa szynkowa	40
Jajecznica na parze	120
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	100
Ogórek kwaszony	50
II ŚNIADANIE	
Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu	150
Jabłko	100
OBIAD	
Zupa z zielonego groszku	300
Potrawka z kurczaka z warzywami	150
Ryż pełnoziarnisty ugotowany	200
Buraki z jabłkami i oliwą	150
Kompot z jabłek bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Herbatniki bez cukru	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	130
Masło śmietankowe	10
Paprykarz	80
Szynka kanapkowa	40
Serek twarogowy ziarnisty	0
Cytryna	5
Pomidor	100
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA ŁATWOSTRAWNA I DIETA PAPKOWATA (2) i (12)

	Ilość g/ml
Kasza jaglana	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Kiełbasa szynkowa	40
Jajecznica na parze	120
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Ogórek kwaszony	50
II ŚNIADANIE	
Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu	150
Jabłko pieczone	100
OBIAD	
Zupa z zielonego groszku	300
Potrawka z kurczaka z warzywami	150
Ryż biały gotowany	200
Buraki z jabłkami i oliwą	150
Kompot z jabłek bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Herbatniki bez cukru	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Paprykarz	80
Szynka kanapkowa	40
Serek twarogowy ziarnisty	0
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA BOGATOBIAŁKOWA (9)

	Ilość g/ml
Kasza jaglana	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	0
Chleb pszenny	100
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Kiełbasa szynkowa	0
Jajecznica na parze	120
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Ogórek kwaszony	50
II ŚNIADANIE	
Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu	250
Jabłko pieczone	100
OBIAD	
Zupa z zielonego groszku	300
Potrawka z kurczaka z warzywami	150
Ryż biały gotowany	200
Buraki z jabłkami i oliwą	150
Kompot z jabłek bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Herbatniki bez cukru	30
KOLACJA	
Chleb pszenny	100
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Paprykarz	80
Szynka kanapkowa	30
Serek twarogowy ziarnisty	150
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)

	Ilość g/ml	ALERGENY
Kasza jaglana	30	1,7
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	7
Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Kiełbasa szynkowa	40	7,8,9,10
Jajecznica na parze	120	7
Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	0	
Pomidor bez skórki	100	
Ogórek kwaszony	50	
II ŚNIADANIE		
Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu	150	7
Jabłko pieczone	100	
OBIAD		
Zupa z zielonego groszku	300	1 7,9
Potrawka z kurczaka z warzywami	150	1,3, 6
Ryż biały gotowany	200	
Buraki z jabłkami i oliwą	150	12
Kompot z jabłek bez cukru	300	
PODWIECZOREK		
Herbatniki bez cukru	0	1,7
KOLACJA		
Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Paprykarz	80	7,8,9,10
Szynka kanapkowa	40	7,8,9,10
Serek twarogowy ziarnisty	0	7
Cytryna	0	
Pomidor bez skórki	100	
Herbata, napar bez cukru	250	

WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW

	Ś	II	O	K	RAZEM
Energia kJ	3 185,10	427,00	3 710,00	2 746,50	**10 068,60**
Energia kcal	758,00	101,50	886,50	653,80	**2 399,80**
Tłuszcz	24,75	1,15	15,81	25,30	**67,00**
Kw. nasycone	10,79	0,55	4,20	9,33	**24,86**
Węglowodany	102,15	19,15	160,80	83,62	**365,71**
Cukry	18,73	16,85	29,16	6,96	**71,69**
Białko	35,40	5,50	33,50	26,17	**100,57**
Sól	3,77	0,23	1,53	2,92	**8,45**
Błonnik	9,16	2,00	33,90	8,43	**53,49**

	Ś	II	O	K	RAZEM
Energia kJ	2 385,40	427,00	3 710,00	2 678,50	**9 200,90**
Energia kcal	566,10	101,50	886,50	636,20	**2 190,30**
Tłuszcz	21,87	1,15	15,81	25,54	**64,36**
Kw. nasycone	9,21	0,55	4,20	9,37	**23,32**
Węglowodany	62,53	19,15	160,80	72,98	**315,45**
Cukry	9,88	16,85	29,16	9,63	**65,51**
Białko	26,43	5,50	33,50	25,45	**90,88**
Sól	3,60	0,23	1,53	2,93	**8,28**
Błonnik	9,48	2,00	33,90	9,71	**55,09**

	Ś	II	O	K	RAZEM
Energia kJ	3 220,00	625,00	3 392,00	2 781,40	**10 018,40**
Energia kcal	767,20	148,50	810,50	663,00	**2 389,20**
Tłuszcz	24,58	2,35	14,01	25,13	**66,07**
Kw. nasycone	10,76	1,41	4,10	9,29	**25,56**
Węglowodany	108,32	27,85	136,40	89,79	**362,36**
Cukry	16,68	20,75	28,76	4,91	**71,10**
Białko	35,81	5,40	29,50	26,58	**97,29**
Sól	3,77	0,23	1,52	2,92	**8,44**
Błonnik	8,26	1,60	17,90	1,68	**29,44**

	Ś	II	O	P	K	RAZEM
Energia kJ	3 220,00	625,00	2 747,00	540,00	3 199,55	**10 331,55**
Energia kcal	614,95	185,50	810,50	129,30	762,55	**2 502,80**
Tłuszcz	23,99	2,85	14,01	3,30	34,40	**78,54**
Kw. nasycone	11,22	1,75	4,10	0,51	15,46	**33,03**
Węglowodany	82,80	32,55	136,40	19,50	77,86	**349,10**
Cukry	8,74	25,45	28,76	0,15	9,48	**72,57**
Białko	23,53	8,80	29,50	1,83	41,38	**105,03**
Sól	2,47	0,38	1,52	0,20	2,85	**7,41**
Błonnik	6,91	1,60	17,90	2,79	7,99	**37,19**

	Ś	II	O	K	RAZEM
Energia kJ	2 944,30	625,00	2 747,00	2 505,70	**8822**
Energia kcal	701,30	148,50	810,50	597,10	**2257,4**
Tłuszcz	17,23	2,35	14,01	17,78	**51,37**
Kw. nasycone	5,73	1,41	4,10	4,27	**15,50**
Węglowodany	106,66	27,85	136,40	89,68	**360,59**
Cukry	16,57	20,75	28,76	4,80	**70,88**
Białko	35,70	5,40	29,50	26,22	**96,82**
Sól	3,75	0,23	1,52	2,83	**8,33**
Błonnik	8,26	1,60	17,90	7,53	**35,29**

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

10.10.25r.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 07.11.2025

7 dzień piątek

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA (1)

	Ilość g/ml
Chrupki kukurydziane	30
Mleko spożywcze 2% tłuszczu	150
Chleb pszenny	80
Chleb żytni pełnoziarnisty	50
Masło śmietankowe	10
Ser, Ementaler pełnotłusty	30
Kiełbasa szynkowa	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	100
Papryka czerwona	50
Sałata	0
II ŚNIADANIE	
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	150
Gruszka	80
OBIAD	
Krupnik z kaszy jęczmiennej I	300
Dorsz w jarzynach	120
Ziemniaki późne	200
Sałata zielona ze śmietaną	150
Kompot z jabłek bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Brzoskwinia	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	80
Chleb żytni pełnoziarnisty	50
Masło śmietankowe	10
Sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym	40
Ogórek kwaszony	50
Serek chudy jogurtowy	50
Cytryna	5
Pomidor	50
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)

	Ilość g/ml
Chrupki kukurydziane	0
Mleko spożywcze 2% tłuszczu	0
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	130
Masło śmietankowe	10
Ser, Ementaler pełnotłusty	30
Kiełbasa szynkowa	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	100
Papryka czerwona	50
Sałata	0
II ŚNIADANIE	
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	150
Gruszka	80
OBIAD	
Krupnik z kaszy jęczmiennej I	300
Dorsz w jarzynach	120
Ziemniaki późne	200
Sałata zielona ze śmietaną	150
Kompot z jabłek bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Brzoskwinia	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	130
Masło śmietankowe	10
Sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym	100
Ogórek kwaszony	50
Serek chudy jogurtowy	50
Cytryna	5
Pomidor	50
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA ŁATWOSTRAWNA I DIETA PAPKOWATA (2) i (12)

	Ilość g/ml
Chrupki kukurydziane	30
Mleko spożywcze 2% tłuszczu	150
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Ser twarogowy chudy w kawałku	60
Kiełbasa szynkowa	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Papryka czerwona	0
Sałata	35
II ŚNIADANIE	
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	150
Banan	80
OBIAD	
Krupnik z kaszy jęczmiennej I	300
Dorsz w jarzynach	120
Ziemniaki późne	200
Sałata zielona ze śmietaną	150
Kompot z jabłek bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Brzoskwinia	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym	40
Ogórek kwaszony	50
Serek chudy jogurtowy	50
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	50
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA BOGATOBIAŁKOWA (9)

	Ilość g/ml
Chrupki kukurydziane	30
Mleko spożywcze 2% tłuszczu	200
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Ser twarogowy chudy w kawałku	60
Kiełbasa szynkowa	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Papryka czerwona	0
Sałata	35
II ŚNIADANIE	
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	150
Banan	80
OBIAD	
Krupnik z kaszy jęczmiennej I	300
Dorsz w jarzynach	120
Ziemniaki późne	200
Sałata zielona ze śmietaną	150
Kompot z jabłek bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Brzoskwinia	100
KOLACJA	
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym	100
Ogórek kwaszony	50
Serek chudy jogurtowy	100
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	50
Herbata, napar bez cukru	250

DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (5)

	Ilość g/ml	ALERGENY
Chrupki kukurydziane	30	1
Mleko spożywcze 2% tłuszczu	150	7
Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Ser twarogowy chudy w kawałku	60	3
Kiełbasa szynkowa	60	7,8,9,10
Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	0	
Pomidor bez skórki	100	
Papryka czerwona	0	
Sałata	35	
II ŚNIADANIE		
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	150	
Banan	80	
OBIAD		
Krupnik z kaszy jęczmiennej I	300	1,3,7,9,10
Dorsz w jarzynach	120	1, 6
Ziemniaki późne	250	
Sałata zielona ze śmietaną	150	7
Kompot z jabłek bez cukru	300	
PODWIECZOREK		
Brzoskwinia	0	
KOLACJA		
Chleb pszenny	130	1,11
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,9
Masło śmietankowe	0	2
Sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym	40	7,8,9,10
Ogórek kwaszony	50	2
Serek chudy jogurtowy	50	7
Cytryna	0	
Pomidor bez skórki	50	
Herbata, napar bez cukru	250	

WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW

	Ś	II	O	K	RAZEM
Energia kJ	3 220,10	876,10	2 707,80	2 109,60	**8 913,60**
Energia kcal	765,50	209,70	644,90	501,50	**2 121,60**
Tłuszcz	25,00	11,41	12,53	15,66	**64,60**
Kw. nasycone	13,46	7,38	3,73	8,81	**33,39**
Węglowodany	106,61	15,72	110,63	75,11	**308,06**
Cukry	15,78	14,04	19,80	7,28	**56,89**
Białko	34,55	12,48	29,72	17,57	**94,32**
Sól	3,65	0,15	0,58	2,59	**6,98**
Błonnik	11,23	1,68	11,93	8,60	**33,44**

	Ś	II	O	K	RAZEM
Energia kJ	2 387,40	876,10	2 707,80	2 216,20	**8 187,50**
Energia kcal	565,80	209,70	644,90	525,30	**1 945,70**
Tłuszcz	21,34	11,41	12,53	16,92	**62,19**
Kw. nasycone	11,57	7,38	3,73	9,16	**31,84**
Węglowodany	64,95	15,72	110,63	70,65	**261,94**
Cukry	11,01	14,04	19,80	10,73	**55,57**
Białko	26,06	12,48	29,72	19,06	**87,32**
Sól	3,47	0,15	0,58	2,72	**6,92**
Błonnik	10,23	1,68	11,93	11,38	**35,22**

	Ś	II	O	K	RAZEM
Energia kJ	2 987,45	1 013,70	2 707,80	2 144,50	**8 853,45**
Energia kcal	711,00	242,50	644,90	510,70	**2 109,10**
Tłuszcz	16,04	11,49	12,53	15,50	**55,56**
Kw. nasycone	8,24	7,45	3,73	8,78	**28,20**
Węglowodany	112,57	23,00	110,63	81,28	**327,48**
Cukry	14,08	19,80	19,80	5,23	**58,91**
Białko	38,04	12,80	29,72	17,98	**98,54**
Sól	3,03	0,15	0,58	2,59	**6,35**
Błonnik	9,82	1,36	11,93	1,85	**24,96**

	Ś	II	O	K	RAZEM
Energia kJ	2 987,45	1 013,70	2 062,80	2 793,95	**8 857,90**
Energia kcal	769,45	337,50	644,90	665,55	**2 417,40**
Tłuszcz	20,72	11,79	12,53	25,69	**70,72**
Kw. nasycone	11,35	7,45	3,73	14,86	**37,39**
Węglowodany	115,07	46,50	110,63	89,02	**361,22**
Cukry	16,58	39,30	19,80	7,57	**83,25**
Białko	39,80	13,80	29,72	26,35	**109,66**
Sól	3,09	0,15	0,58	2,52	**6,35**
Błonnik	9,82	3,06	11,93	10,94	**35,75**

	Ś	II	O	K	RAZEM
Energia kJ	2 711,75	1 013,70	2 241,30	1 868,80	**7835,55**
Energia kcal	645,10	242,50	687,40	444,80	**2019,8**
Tłuszcz	8,69	11,49	12,58	8,15	**40,91**
Kw. nasycone	3,21	7,45	3,74	3,75	**18,15**
Węglowodany	111,44	23,00	120,88	81,17	**336,49**
Cukry	13,97	19,80	20,55	5,12	**59,44**
Białko	37,93	12,80	30,67	17,62	**99,02**
Sól	3,01	0,15	0,59	2,50	**6,25**
Błonnik	9,82	1,36	12,73	7,70	**31,61**

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

10.10.25

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 08.11.2025

8 dzień sobota

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA (1)

	Ilość g/ml
Kluski lane na mleku	180
Chleb pszenny	80
Chleb żytni pełnoziarnisty	50
Masło śmietankowe	10
Polędwica z piersi kurczaka	40
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	50
Rzodkiewka	35
Sałata	30
II ŚNIADANIE	
Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu	150
Mus truskawkowy	50
OBIAD	
Zupa z soczewicy czerwonej	300
Gulasz wieprzowy	100
Kasza jęczmienna gotowana	150
Ogórek kwaszony	120
Kompot z jabłek bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Mandarynki	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	80
Chleb żytni pełnoziarnisty	50
Masło śmietankowe	10
Pasta z jaj	60
Kiełbasa szynkowa	60
Papryka czerwona	100
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5

	Ś	II	O	K	RAZEM
Energia kJ	2 626,15	339,00	2 979,50	2 468,30	**8 412,95**
Energia kcal	625,00	80,50	788,70	586,60	**2 080,80**
Tłuszcz	20,13	1,43	19,98	23,40	**64,93**
Kw. nasycone	11,60	0,87	5,16	7,78	**25,41**
Węglowodany	84,87	11,32	126,59	75,98	**298,75**
Cukry	14,93	10,88	12,93	8,74	**47,47**
Białko	29,45	5,85	29,37	22,21	**86,88**
Sól	2,55	0,29	3,24	2,89	**8,96**
Błonnik	8,83	0,40	25,20	8,99	**43,42**

DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)

	Ilość g/ml
Kluski lane na mleku	0
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	130
Masło śmietankowe	10
Polędwica z piersi kurczaka	40
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	80
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	50
Rzodkiewka	35
Sałata	30
II ŚNIADANIE	
Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu	150
Mus truskawkowy	50
OBIAD	
Zupa z soczewicy czerwonej	300
Gulasz wieprzowy	100
Kasza jęczmienna gotowana	150
Ogórek kwaszony	120
Kompot z jabłek bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Mandarynki	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	130
Masło śmietankowe	10
Pasta z jaj	60
Kiełbasa szynkowa	120
Papryka czerwona	100
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5

Ś	II	O	K	RAZEM
2 128,75	339,00	1 521,10	2 653,50	**6 642,35**
505,40	80,50	788,70	629,00	**2 003,60**
16,29	1,43	19,98	26,04	**63,73**
9,44	0,87	5,16	8,67	**24,14**
62,55	11,32	126,59	67,26	**267,71**
10,60	10,88	12,93	11,71	**46,11**
23,85	5,85	29,37	29,29	**88,36**
2,38	0,29	3,24	4,09	**9,99**
9,93	0,40	25,20	10,27	**45,80**

DIETA ŁATWOSTRAWNA I DIETA PAPKOWATA (2) i (12)

	Ilość g/ml
Kluski lane na mleku	180
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Polędwica z piersi kurczaka	40
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Rzodkiewka	35
Sałata	30
II ŚNIADANIE	
Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu	150
Mus truskawkowy	50
OBIAD	
Zupa chłopska z zacierką	300
Gulasz wieprzowy	100
Kasza jęczmienna gotowana	150
Ogórek kwaszony	120
Kompot z jabłek bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Mandarynki	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Pasta z jaj	60
Kiełbasa szynkowa	60
Pomidor bez skórki	100
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0

Ś	II	O	K	RAZEM
2 693,05	339,00	2 166,50	2 448,20	**7 646,75**
641,70	80,50	668,70	582,80	**1 973,70**
20,06	1,43	17,64	22,93	**62,06**
11,59	0,87	15,18	7,70	**35,34**
92,84	11,32	113,15	79,15	**296,46**
14,03	10,88	12,06	4,49	**41,46**
30,31	5,85	17,97	22,22	**76,35**
2,56	0,29	3,06	2,90	**8,80**
8,53	0,40	12,30	1,44	**22,67**

DIETA BOGATOBIAŁKOWA (9)

	Ilość g/ml
Kluski lane na mleku	180
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Polędwica z piersi kurczaka	40
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	60
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Rzodkiewka	35
Sałata	30
II ŚNIADANIE	
Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu	250
Mus truskawkowy	50
OBIAD	
Zupa chłopska z zacierką	300
Gulasz wieprzowy	100
Kasza jęczmienna gotowana	150
Ogórek kwaszony	120
Kompot z jabłek bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Mandarynki	80
KOLACJA	
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Pasta z jaj	60
Kiełbasa szynkowa	40
Pomidor bez skórki	100
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0

Ś	II	O	P	K	RAZEM
2 693,05	339,00	2 166,50	140,80	2 448,20	**7 787,55**
674,65	117,50	668,70	33,60	595,75	**2 090,20**
23,74	1,93	17,64	0,16	25,81	**69,27**
14,10	1,21	5,46	0,02	9,94	**30,72**
92,90	16,02	113,15	8,96	78,57	**309,59**
14,09	15,58	12,06	7,44	4,45	**53,61**
30,37	9,25	17,97	0,48	19,68	**77,74**
2,57	0,44	3,06	0,00	2,90	**8,96**
8,53	0,40	12,30	1,52	13,47	**36,22**

DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)

	Ilość g/ml	ALERGENY
Kluski lane na mleku	180	1
Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Polędwica z piersi kurczaka	40	7,8,9,10
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	60	7
Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	0	
Pomidor bez skórki	100	
Rzodkiewka	35	
Sałata	30	
II ŚNIADANIE		
Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu	150	7
Mus truskawkowy	50	
OBIAD		
Zupa chłopska z zacierką	300	1,3
Gulasz wieprzowy	100	1, 3, 7
Kasza jęczmienna gotowana	200	1
Ogórek kwaszony	120	
Kompot z jabłek bez cukru	300	
PODWIECZOREK		
Mandarynki	0	1,7
KOLACJA		
Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Pasta z jaj	60	3, 7
Kiełbasa szynkowa	60	7,8,9,10
Pomidor bez skórki	100	
Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	0	

	Ś	II	O	K	RAZEM
Energia kJ	2 417,35	339,00	2 424,00	2 172,50	**7352,85**
Energia kcal	575,80	80,50	730,20	516,90	**1903,4**
Tłuszcz	12,71	1,43	17,86	15,58	**47,58**
Kw. nasycone	6,56	0,87	5,50	2,67	**15,61**
Węglowodany	92,73	11,32	127,26	79,04	**310,35**
Cukry	13,92	10,88	12,20	4,38	**41,38**
Białko	30,20	5,85	19,10	22,11	**77,26**
Sól	2,54	0,29	3,06	2,88	**8,76**
Błonnik	8,53	0,40	14,20	7,29	**30,42**

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 Po

10.10.25r.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 09.11.2025

9 dzień niedziela

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA (1)

	Ilość g/ml
Płatki owsiane	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	80
Chleb żytni pełnoziarnisty	50
Masło śmietankowe	10
Serek śmietanowy z chrzanem	50
Polędwica drobiowa	40
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	50
Papryka czerwona	100
Sałata	10
II ŚNIADANIE	
Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150
Sałatka owocowa z banana, jabłka, kiwi, winogrona	100
OBIAD	
Zupa brokułowa	300
Tofu w sosie pomidorowym z bazylią	100
Makaron gotowany pełnoziarnisty	200
Surówka z kapusty pekińskiej, jabłek, pomidora i z ziarnem słonecznika	100
Kompot wieloowocowy bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Serek grani naturalny	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	80
Chleb żytni pełnoziarnisty	50
Masło śmietankowe	10
Kiełbasa szynkowa	50
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	40
Pomidor	100
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5

WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW	Ś	II	O	K	RAZEM
Energia kJ	3 166,90	808,50	3 221,00	2 061,90	**9 258,30**
Energia kcal	753,50	193,00	768,50	489,80	**2 204,80**
Tłuszcz	26,79	3,30	13,56	14,54	**58,18**
Kw. nasycone	15,23	1,83	2,28	8,02	**27,35**
Węglowodany	105,94	35,20	119,53	73,06	**333,72**
Cukry	19,15	30,00	13,37	7,13	**69,64**
Białko	22,67	6,95	36,66	19,39	**85,67**
Sól	2,23	0,24	1,92	2,63	**7,02**
Błonnik	12,06	1,80	25,85	7,95	**47,66**

DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)

	Ilość g/ml
Płatki owsiane	0
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	0
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	130
Masło śmietankowe	10
Serek śmietanowy z chrzanem	50
Polędwica drobiowa	40
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Pomidor	50
Papryka czerwona	100
Sałata	10
II ŚNIADANIE	
Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150
Sałatka owocowa z banana, jabłka, kiwi, winogrona	100
OBIAD	
Zupa brokułowa	300
Tofu w sosie pomidorowym z bazylią	100
Makaron gotowany pełnoziarnisty	200
Surówka z kapusty pekińskiej, jabłek, pomidora i z ziarnem słonecznika	100
Kompot wieloowocowy bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Serek grani naturalny	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	130
Masło śmietankowe	10
Kiełbasa szynkowa	50
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	40
Pomidor	100
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5

Ś	II	O	K	RAZEM
2 342,90	808,50	3 221,00	1 993,90	**8 366,30**
555,60	193,00	768,50	472,20	**1 989,30**
22,62	3,30	13,56	14,78	**54,25**
13,36	1,83	2,28	8,07	**25,53**
67,01	35,20	119,53	62,42	**284,15**
13,75	30,00	13,37	9,80	**66,91**
13,28	6,95	36,66	18,67	**75,56**
2,06	0,24	1,92	2,63	**6,85**
11,27	1,80	25,85	9,23	**48,15**

DIETA ŁATWOSTRAWNA I DIETA PAPKOWATA (2) i (12)

	Ilość g/ml
Płatki owsiane	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Ser twarogowy półtłusty w kawałku	80
Polędwica drobiowa	40
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Papryka czerwona	0
Sałata	10
II ŚNIADANIE	
Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150
Mus owocowy	100
OBIAD	
Zupa brokułowa	300
Tofu w sosie pomidorowym z bazylią	100
Makaron gotowany jasny	120
Surówka z kapusty pekińskiej, jabłek, pomidora i z ziarnem słonecznika	100
Kompot wieloowocowy bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Serek grani naturalny	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Kiełbasa szynkowa	50
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	40
Pomidor bez skórki	100
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0

Ś	II	O	K	RAZEM
3 050,30	613,50	2 168,60	2 096,80	**7 929,20**
727,10	146,00	516,90	499,00	**1 889,00**
18,48	3,00	10,80	14,37	**46,65**
9,66	1,83	1,86	7,99	**21,33**
108,77	22,30	80,29	79,23	**290,59**
15,21	19,00	11,85	5,08	**51,14**
34,19	6,95	23,42	19,80	**84,36**
1,86	0,24	1,91	2,62	**6,64**
9,26	1,40	15,61	1,20	**27,47**

DIETA BOGATOBIAŁKOWA (9)

	Ilość g/ml
Płatki owsiane	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	100
Chleb żytni pełnoziarnisty	130
Masło śmietankowe	15
Ser twarogowy półtłusty w kawałku	100
Polędwica drobiowa	20
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Pomidor bez skórki	100
Papryka czerwona	0
Sałata	10
II ŚNIADANIE	
Jogurt naturalny 2% tłuszczu	200
Mus owocowy	100
OBIAD	
Zupa brokułowa	300
Tofu w sosie pomidorowym z bazylią	100
Makaron gotowany jasny	200
Surówka z kapusty pekińskiej, jabłek, pomidora i z ziarnem słonecznika	100
Kompot wieloowocowy bez cukru	300
PODWIECZOREK	
Serek grani naturalny	150
KOLACJA	
Chleb pszenny	100
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Kiełbasa szynkowa	0
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	100
Pomidor bez skórki	100
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0

Ś	II	O	P	K	RAZEM
3 050,30	613,50	1 936,00	564,00	1 988,55	**8 152,35**
989,85	176,00	602,50	135,00	473,85	**2 377,20**
24,43	4,00	11,36	6,00	20,13	**65,91**
12,86	2,42	1,98	4,20	12,68	**34,14**
147,92	25,40	98,13	3,60	62,57	**337,61**
21,19	21,00	12,17	3,00	6,27	**63,62**
43,46	9,10	26,06	15,90	16,12	**110,63**
3,02	0,32	1,92	1,05	2,62	**8,94**
15,84	1,40	16,25	0,00	12,30	**45,79**

DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)

	Ilość g/ml	ALERGENY
Płatki owsiane	30	1,7
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	7
Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Ser twarogowy półtłusty w kawałku	80	7
Polędwica drobiowa	40	7,8,9,10
Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	0	
Pomidor bez skórki	100	
Papryka czerwona	0	
Sałata	10	
II ŚNIADANIE		
Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150	
Mus owocowy	100	7
OBIAD		
Zupa brokułowa	300	1 7,9
Tofu w sosie pomidorowym z bazylią	100	1,3, 6
Makaron gotowany jasny	250	
Surówka z kapusty pekińskiej, jabłek, pomidora i z ziarnem słonecznika	100	12
Kompot wieloowocowy bez cukru	300	
PODWIECZOREK		
Serek grani naturalny	0	1,7
KOLACJA		
Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Kiełbasa szynkowa	40	7,8,9,10
Serek twarogowy homogenizowany naturalny	30	7,8,9,10
Pomidor bez skórki	100	7
Herbata, napar bez cukru	250	7
Cytryna	0	

	Ś	II	O	K	RAZEM
Energia kJ	2 774,60	613,50	2 160,00	1 732,60	**7280,7**
Energia kcal	661,20	146,00	656,00	412,00	**1875,2**
Tłuszcz	11,13	3,00	11,71	5,87	**31,71**
Kw. nasycone	4,63	1,83	2,06	2,33	**10,84**
Węglowodany	107,65	22,30	109,28	78,52	**317,75**
Cukry	15,10	19,00	12,37	4,64	**51,11**
Białko	34,08	6,95	27,71	17,59	**86,33**
Sól	1,84	0,24	1,93	2,39	**6,40**
Błonnik	9,26	1,40	16,65	7,05	**34,36**

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

10.10.25r. Kwiatkowska

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 10.11.2025

10 dzień poniedziałek

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA (1)

	Ilość g/ml
Płatki ryżowe	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	80
Chleb żytni pełnoziarnisty	50
Masło śmietankowe	10
Jaja gotowane	120
Baton z kurczaka	40
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Rzodkiewka	50
Pomidor	100
II ŚNIADANIE	
Deser ryżowy waniliowy	150
Kiwi	40
OBIAD	
Zupa pomidorowa z makaronem	300
Klopsiki mielone z mięsa mieszanego	120
Ziemniaki późne	200
Surówka z kapusty kwaszonej z oliwą	120
Woda niegazowana	250
Krupnik z kaszy jęczmiennej I	0
PODWIECZOREK	
Kiwi	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	80
Chleb żytni pełnoziarnisty	50
Masło śmietankowe	10
Szynka wieprzowa gotowana	40
Twarożek kremowy	80
Pomidor	100
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5

DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)

	Ilość g/ml
Płatki ryżowe	0
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	0
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	130
Masło śmietankowe	10
Jaja gotowane	120
Baton z kurczaka	80
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5
Rzodkiewka	50
Pomidor	100
II ŚNIADANIE	
Deser ryżowy waniliowy	150
Kiwi	40
OBIAD	
Zupa pomidorowa z makaronem	300
Klopsiki mielone z mięsa mieszanego	120
Ziemniaki późne	200
Surówka z kapusty kwaszonej z oliwą	120
Woda niegazowana	250
Krupnik z kaszy jęczmiennej I	0
PODWIECZOREK	
Kiwi	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	0
Chleb żytni pełnoziarnisty	130
Masło śmietankowe	10
Szynka wieprzowa gotowana	80
Twarożek kremowy	80
Pomidor	100
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	5

DIETA ŁATWOSTRAWNA I DIETA PAPKOWATA (2) i (12)

	Ilość g/ml
Płatki ryżowe	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Jaja gotowane	120
Baton z kurczaka	40
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Rzodkiewka	0
Pomidor bez skórki	100
II ŚNIADANIE	
Deser ryżowy waniliowy	150
Banan	100
OBIAD	
Zupa pomidorowa z makaronem	300
Klopsiki mielone z mięsa mieszanego	120
Ziemniaki późne	200
Sałata zielona ze śmietaną	120
Woda niegazowana	250
Krupnik z kaszy jęczmiennej I	0
PODWIECZOREK	
Kiwi	0
KOLACJA	
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	10
Szynka wieprzowa gotowana	40
Twarożek kremowy	80
Pomidor bez skórki	100
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0

DIETA BOGATOBIAŁKOWA (9)

	Ilość g/ml
Płatki ryżowe	30
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	200
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Jaja gotowane	120
Baton z kurczaka	40
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0
Rzodkiewka	0
Pomidor bez skórki	100
II ŚNIADANIE	
Deser ryżowy waniliowy	150
Banan	100
OBIAD	
Zupa pomidorowa z makaronem	300
Klopsiki mielone z mięsa mieszanego	120
Ziemniaki późne	200
Sałata zielona ze śmietaną	120
Woda niegazowana	250
Krupnik z kaszy jęczmiennej I	0
PODWIECZOREK	
Kiwi	70
KOLACJA	
Chleb pszenny	130
Chleb żytni pełnoziarnisty	0
Masło śmietankowe	15
Szynka wieprzowa gotowana	40
Twarożek kremowy	100
Pomidor bez skórki	100
Herbata, napar bez cukru	250
Cytryna	0

DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)

	Ilość g/ml	ALERGENY
Płatki ryżowe	30	1
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	7
Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Jaja gotowane	60	3
Baton z kurczaka	60	7,8,9,10
Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	0	
Rzodkiewka	0	
Pomidor bez skórki	100	
II ŚNIADANIE		
Deser ryżowy waniliowy	150	7
Banan	100	
OBIAD		
Zupa pomidorowa z makaronem	300	7
Klopsiki mielone z mięsa mieszanego	120	4
Ziemniaki późne		
Sałata zielona ze śmietaną	120	9
Woda niegazowana	250	
Krupnik z kaszy jęczmiennej I	0	
PODWIECZOREK		
Kiwi	0	
KOLACJA		
Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	0	7
Szynka wieprzowa gotowana	20	7,8,9,10
Twarożek kremowy	80	7
Pomidor bez skórki	100	
Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	0	

WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW

	Ś	II	O	K	RAZEM
Energia kJ	3 225,80	936,00	2 854,20	2 425,50	**9 444,50**
Energia kcal	776,20	223,90	683,00	578,20	**2 261,30**
Tłuszcz	24,42	4,56	32,24	22,22	**83,44**
Kw. nasycone	10,93	2,99	7,91	11,83	**33,65**
Węglowodany	106,48	41,11	78,98	72,26	**298,82**
Cukry	18,40	27,45	10,80	7,68	**64,32**
Białko	35,74	4,96	25,58	25,05	**91,32**
Sól	3,16	0,20	1,13	2,95	**7,43**
Błonnik	9,41	1,14	6,80	7,95	**25,30**

	Ś	II	O	K	RAZEM
	2 656,60	936,00	1 521,10	2 749,70	**7 863,40**
	630,80	223,90	683,00	653,80	**2 191,50**
	25,08	4,56	32,24	29,78	**91,65**
	10,14	2,99	7,91	14,43	**35,67**
	62,58	41,11	78,98	62,02	**244,68**
	10,01	27,45	10,80	10,75	**59,00**
	34,59	4,96	25,58	30,89	**96,02**
	3,24	0,20	1,13	3,79	**8,35**
	10,48	1,14	6,80	9,23	**27,65**

	Ś	II	O	K	RAZEM
	3 237,90	1 233,00	2 717,40	2 463,40	**9 651,70**
	779,80	294,50	650,60	587,40	**2 312,30**
	24,18	4,65	29,36	22,05	**80,24**
	10,87	3,06	7,62	11,80	**33,35**
	110,74	58,75	75,38	78,43	**323,30**
	15,60	43,35	11,28	5,63	**75,86**
	35,79	5,50	26,18	25,46	**92,93**
	3,15	0,20	0,63	2,94	**6,92**
	7,40	2,00	5,60	1,20	**16,20**

	Ś	II	O	P	K	RAZEM
	3 237,90	1 233,00	2 717,40	163,80	2 463,40	**9 815,50**
	836,25	294,50	650,60	42,70	642,75	**2 466,80**
	28,60	4,65	29,36	0,36	27,07	**90,04**
	13,87	3,06	8,89	0,08	15,29	**41,20**
	113,30	58,75	75,38	10,26	78,87	**336,55**
	18,16	43,35	11,28	6,29	6,07	**85,14**
	37,54	5,50	26,18	0,80	27,72	**97,74**
	3,21	0,20	0,63	0,00	2,94	**6,98**
	7,40	2,00	5,60	1,47	14,13	**30,60**

	Ś	II	O	K	RAZEM
Energia kJ	2 809,40	1 233,00	2 003,40	1 993,10	**8038,9**
Energia kcal	677,30	294,50	480,60	474,90	**1927,3**
Tłuszcz	13,79	4,65	29,16	11,04	**58,64**
Kw. nasycone	4,96	3,06	8,87	5,49	**22,38**
Węglowodany	110,35	58,75	34,38	78,12	**281,60**
Cukry	15,21	43,35	8,28	5,32	**72,16**
Białko	33,14	5,50	22,38	22,07	**83,09**
Sól	3,29	0,20	0,60	2,50	**6,58**
Błonnik	7,40	2,00	2,40	7,05	**18,85**

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 Po

10.10.25r. akcept

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.