*JADŁOSPIS DEKADOWY 21.11.2024*

*I dzień czwartek*

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* |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Płatki owsiane | 30 | Płatki owsiane | 0 | Płatki owsiane | 30 | Płatki owsiane | 30 | Płatki owsiane | 30 | 1,7 |
| Mleko spożywcze 2% tłuszczu | 150 | Mleko spożywcze 2% tłuszczu | 0 | Mleko spożywcze 2% tłuszczu | 150 | Mleko spożywcze 2% tłuszczu | 150 | Mleko spożywcze 2% tłuszczu | 150 | 7 |
| Chleb pszenny | 80 | Chleb pszenny | 0 | Chleb pszenny | 130 | Chleb pszenny | 100 | Chleb pszenny | 130 | 1 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 50 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 130 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | 1,11 |
| Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 15 | Masło śmietankowe | 0 | 7 |
| Ser twarogowy chudy | 60 | Ser twarogowy chudy | 100 | Ser twarogowy chudy | 60 | Ser twarogowy chudy | 100 | Ser twarogowy chudy | 100 | 7 |
| Kiełbasa szynkowa | 40 | Kiełbasa szynkowa | 40 | Kiełbasa szynkowa | 40 | Kiełbasa szynkowa | 40 | Kiełbasa szynkowa | 0 | 7,8,9,10 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | |
| Cytryna | 5 | Cytryna | 5 | Cytryna | 0 | Cytryna | 0 | Cytryna | 0 | |
| Pomidor | 50 | Pomidor | 50 | Pomidor bez skórki | 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 | 0 | Sałata | 0 | Sałata | 15 | Sałata | 15 | Sałata | 15 | |
| **II ŚNIADANIE** | | **II ŚNIADANIE** | | **II ŚNIADANIE** | | **II ŚNIADANIE** | | **II ŚNIADANIE** | | |
| Jogurt naturalny 2% tłuszczu | 150 | Jogurt naturalny 2% tłuszczu | 150 | Jogurt naturalny 2% tłuszczu | 150 | Jogurt naturalny 2% tłuszczu | 150 | Jogurt naturalny 2% tłuszczu | 150 | 7 |
| Jabłko pieczone | 100 | Jabłko pieczone | 100 | Jabłko pieczone | 100 | Jabłko pieczone | 100 | Jabłko pieczone | 100 | |
| **OBIAD** | | **OBIAD** | | **OBIAD** | | **OBIAD** | | **OBIAD** | | |
| Zupa jarzynowa | 300 | Zupa jarzynowa | 300 | Zupa jarzynowa | 300 | Zupa jarzynowa | 300 | Zupa jarzynowa | 300 | 1 7,9 |
| Filet z piersi kurczaka duszony | 100 | Filet z piersi kurczaka duszony | 100 | Filet z piersi kurczaka duszony | 100 | Filet z piersi kurczaka duszony | 100 | Filet z piersi kurczaka duszony | 100 | 1,3, 6 |
| Ziemniaki późne | 200 | Ziemniaki późne | 200 | Ziemniaki późne | 120 | Ziemniaki późne | 200 | Ziemniaki późne | 200 | |
| Surówka z selerów, jabłek i marchwi z sosem jogurtowym | 100 | Surówka z selerów, jabłek i marchwi z sosem jogurtowym | 100 | Surówka z selerów, jabłek i marchwi z sosem jogurtowym | 100 | Surówka z selerów, jabłek i marchwi z sosem jogurtowym | 100 | Surówka z selerów, jabłek i marchwi z sosem jogurtowym | 100 | 12 |
| Sos pomidorowy | 30 | Sos pomidorowy | 30 | Sos pomidorowy | 30 | Sos pomidorowy | 30 | Sos pomidorowy | 30 | |
| Kompot wieloowocowy bez cukru | 300 | Kompot wieloowocowy bez cukru | 300 | Kompot wieloowocowy bez cukru | 300 | Kompot wieloowocowy bez cukru | 300 | Kompot wieloowocowy bez cukru | 300 | |
| **PODWIECZOREK** | | **PODWIECZOREK** | | **PODWIECZOREK** | | **PODWIECZOREK** | | **PODWIECZOREK** | | |
| Bułka maślana | 0 | Bułka maślana | 0 | Bułka maślana | 0 | Bułka maślana | 50 | Bułka maślana | 0 | 1,7 |
| **KOLACJA** | | **KOLACJA** | | **KOLACJA** | | **KOLACJA** | | **KOLACJA** | | |
| Chleb pszenny | 80 | Chleb pszenny | 0 | Chleb pszenny | 130 | Chleb pszenny | 100 | Chleb pszenny | 130 | 1 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 50 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 130 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | 1,11 |
| Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 15 | Masło śmietankowe | 0 | 7 |
| Szynkówka wieprzowa | 50 | Szynkówka wieprzowa | 50 | Szynkówka wieprzowa | 50 | Szynkówka wieprzowa | 50 | Szynkówka wieprzowa | 50 | 7,8,9,10 |
| Serek twarogowy ziarnisty | 50 | Serek twarogowy ziarnisty | 100 | Serek twarogowy ziarnisty | 100 | Serek twarogowy ziarnisty | 100 | Serek twarogowy ziarnisty | 50 | 7 |
| Cytryna | 5 | Cytryna | 5 | Cytryna | 0 | Cytryna | 0 | Cytryna | 0 | |
| Pomidor | 100 | Pomidor | 100 | Pomidor bez skórki | 100 | Pomidor bez skórki | 100 | Pomidor bez skórki | 100 | |
| Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | |

**WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW**

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| ***Energia kJ*** | 2 892,50 | 770,50 | 2 542,40 | 2 277,20 | **8 482,60** |
| ***Energia kcal*** | 687,60 | 183,00 | 617,90 | 541,40 | **2 029,90** |
| ***Tłuszcz*** | 16,75 | 4,60 | 9,51 | 19,04 | **49,89** |
| ***Kw. nasycone*** | 8,27 | 2,69 | 2,66 | 9,21 | **22,82** |
| ***Węglowodany*** | 103,36 | 30,10 | 101,28 | 72,69 | **307,42** |
| ***Cukry*** | 17,08 | 19,70 | 26,49 | 8,11 | **71,37** |
| ***Białko*** | 35,64 | 6,75 | 39,93 | 22,64 | **104,96** |
| ***Sól*** | 2,61 | 0,01 | 1,47 | 3,29 | **7,38** |
| ***Błonnik*** | 10,42 | 1,60 | 20,35 | 7,95 | **40,32** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| | 2 209,00 | 770,50 | 2 542,40 | 2 421,20 | **7 943,10** |
| | 523,30 | 183,00 | 617,90 | 574,30 | **1 898,50** |
| | 12,03 | 4,60 | 9,51 | 21,42 | **47,56** |
| | 6,22 | 2,69 | 2,66 | 10,55 | **22,11** |
| | 65,98 | 30,10 | 101,28 | 63,70 | **261,05** |
| | 13,23 | 19,70 | 26,49 | 12,43 | **71,84** |
| | 34,17 | 6,75 | 39,93 | 28,07 | **108,92** |
| | 2,48 | 0,01 | 1,47 | 3,61 | **7,57** |
| | 9,63 | 1,60 | 20,35 | 9,23 | **40,81** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| | 2 908,45 | 770,50 | 2 256,80 | 2 524,10 | **8 459,85** |
| | 692,40 | 183,00 | 549,90 | 601,10 | **2 026,40** |
| | 16,46 | 4,60 | 9,43 | 21,02 | **51,51** |
| | 8,22 | 2,69 | 2,65 | 10,47 | **24,02** |
| | 108,47 | 30,10 | 84,88 | 80,51 | **303,96** |
| | 14,16 | 19,70 | 25,29 | 7,71 | **66,85** |
| | 36,06 | 6,75 | 38,41 | 29,20 | **110,42** |
| | 2,62 | 0,01 | 1,46 | 3,60 | **7,69** |
| | 9,33 | 1,60 | 19,07 | 1,20 | **31,20** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *P* | *P* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 2 908,45 | 770,50 | 1 951,40 | 683,00 | 683,00 | 2 349,05 | **9 345,40** |
| | 690,25 | 183,00 | 617,90 | 163,00 | 163,00 | 559,35 | **2 376,50** |
| | 19,92 | 4,60 | 9,51 | 2,95 | 2,95 | 24,28 | **64,20** |
| | 10,79 | 2,69 | 2,66 | 0,80 | 0,80 | 12,92 | **30,67** |
| | 93,12 | 30,10 | 101,28 | 30,90 | 30,90 | 63,77 | **350,07** |
| | 15,31 | 19,70 | 26,49 | 4,75 | 4,75 | 7,47 | **78,47** |
| | 42,00 | 6,75 | 39,93 | 3,85 | 3,85 | 26,97 | **123,34** |
| | 2,33 | 0,01 | 1,47 | 198,00 | 198,00 | 3,53 | **403,34** |
| | 7,98 | 1,60 | 20,35 | 0,80 | 0,80 | 8,10 | **39,64** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| ***Energia kJ*** | 2 629,95 | 770,50 | 1 951,40 | 2 036,40 | **7388,25** |
| ***Energia kcal*** | 626,10 | 183,00 | 617,90 | 484,70 | **1911,7** |
| ***Tłuszcz*** | 7,71 | 4,60 | 9,51 | 11,52 | **33,34** |
| ***Kw. nasycone*** | 2,74 | 2,69 | 2,66 | 4,15 | **12,24** |
| ***Węglowodany*** | 108,04 | 30,10 | 101,28 | 78,75 | **318,17** |
| ***Cukry*** | 15,25 | 19,70 | 26,49 | 5,95 | **67,38** |
| ***Białko*** | 38,67 | 6,75 | 39,93 | 22,69 | **108,04** |
| ***Sól*** | 1,84 | 0,01 | 1,47 | 3,20 | **6,52** |
| ***Błonnik*** | 9,33 | 1,60 | 20,35 | 7,05 | **38,33** |

**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 osoby

akept. 30.10.24r.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z

*JADŁOSPIS DEKADOWY 22.11.2024*

*2 dzień piątek*

**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 manna | 30 | Kasza manna | 0 | Kasza manna | 30 | Kasza manna | 30 | Kasza manna | 30 | 1 |
| Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 150 | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 0 | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 150 | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 0 | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 150 | 7 |
| Chleb pszenny | 80 | Chleb pszenny | 0 | Chleb pszenny | 130 | Chleb pszenny | 100 | Chleb pszenny | 130 | 1 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 50 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 130 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | 1,11 |
| Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 0 | 7 |
| Dżem z czarnych porzeczek niskosłodzony | 30 | Dżem z czarnych porzeczek niskosłodzony | 0 | Dżem z czarnych porzeczek niskosłodzony | 30 | Dżem z czarnych porzeczek niskosłodzony | 30 | Dżem z czarnych porzeczek niskosłodzony | 30 | |
| Polędwica z piersi kurczaka | 40 | Polędwica z piersi kurczaka | 60 | Polędwica z piersi kurczaka | 40 | Polędwica z piersi kurczaka | 40 | Polędwica z piersi kurczaka | 40 | 7,8,9,10 |
| Twarożek kremowy | 60 | Twarożek kremowy | 60 | Twarożek kremowy | 60 | Twarożek kremowy | 60 | Twarożek kremowy | 60 | 3 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | |
| Cytryna | 5 | Cytryna | 5 | Cytryna | 0 | Cytryna | 0 | Cytryna | 0 | |
| Pomidor | 100 | Pomidor | 100 | Pomidor bez skórki | 100 | Pomidor bez skórki | 100 | Pomidor bez skórki | 100 | |
| Papryka czerwona | 50 | Papryka czerwona | 50 | Papryka czerwona | 0 | Papryka czerwona | 0 | Papryka czerwona | 0 | |
| Sałata | 0 | Sałata | 0 | Sałata | 15 | Sałata | 15 | Sałata | 15 | |
| **II ŚNIADANIE** | | **II ŚNIADANIE** | | **II ŚNIADANIE** | | **II ŚNIADANIE** | | **II ŚNIADANIE** | | |
| Jabłko | 100 | Jabłko | 100 | Jabłko pieczone | 100 | Jabłko pieczone | 100 | Jabłko pieczone | 100 | 7 |
| Jogurt naturalny 2% tłuszczu | 150 | Jogurt naturalny 2% tłuszczu | 150 | Jogurt naturalny 2% tłuszczu | 150 | Jogurt naturalny 2% tłuszczu | 150 | Jogurt naturalny 2% tłuszczu | 150 | |
| **OBIAD** | | **OBIAD** | | **OBIAD** | | **OBIAD** | | **OBIAD** | | |
| Zupa ogórkowa | 300 | Zupa ogórkowa | 300 | Zupa ogórkowa | 300 | Zupa ogórkowa | 300 | Zupa ogórkowa | 300 | 7,9 |
| Mirunа w sosie pomidorowym z warzywami | 120 | Mirunа w sosie pomidorowym z warzywami | 120 | Mirunа w sosie pomidorowym z warzywami | 120 | Mirunа w sosie pomidorowym z warzywami | 120 | Mirunа w sosie pomidorowym z warzywami | 120 | 4 |
| Ziemniaki późne | 250 | Ziemniaki późne | 250 | Ziemniaki późne | 250 | Ziemniaki późne | 250 | Ziemniaki późne | 250 | |
| Surówka z kapusty pekińskiej, marchwi, pomidora, nacią pietruszki z oliwą | 120 | Surówka z kapusty pekińskiej, marchwi, pomidora, nacią pietruszki z oliwą | 120 | Surówka z kapusty pekińskiej, marchwi, pomidora, nacią pietruszki z oliwą | 100 | Surówka z kapusty pekińskiej, marchwi, pomidora, nacią pietruszki z oliwą | 120 | Surówka z kapusty pekińskiej, marchwi, pomidora, nacią pietruszki z oliwą | 120 | |
| Kompot wieloowocowy bez cukru | 300 | Kompot wieloowocowy bez cukru | 300 | Kompot wieloowocowy bez cukru | 300 | Kompot wieloowocowy bez cukru | 300 | Kompot wieloowocowy bez cukru | 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 | 0 | |
| **KOLACJA** | | **KOLACJA** | | **KOLACJA** | | **KOLACJA** | | **KOLACJA** | | |
| Chleb pszenny | 80 | Chleb pszenny | 0 | Chleb pszenny | 130 | Chleb pszenny | 100 | Chleb pszenny | 130 | 1 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 50 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 130 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | 1,11 |
| Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 0 | 7 |
| Polędwica drobiowa | 40 | Polędwica drobiowa | 40 | Polędwica drobiowa | 40 | Polędwica drobiowa | 40 | Polędwica drobiowa | 40 | 7,8,9,10 |
| Ser twarogowy chudy | 80 | Ser twarogowy chudy | 80 | Ser twarogowy chudy | 80 | Ser twarogowy chudy | 100 | Ser twarogowy chudy | 80 | 7 |
| Cytryna | 5 | Cytryna | 5 | Cytryna | 0 | Cytryna | 0 | Cytryna | 0 | |
| Pomidor | 50 | Pomidor | 50 | Pomidor bez skórki | 50 | Pomidor bez skórki | 50 | Pomidor bez skórki | 50 | |
| Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | |

**WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW**

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| ***Energia kJ*** | 3 086,50 | 572,50 | 2 621,10 | 2 109,70 | **8 389,80** |
| ***Energia kcal*** | 734,30 | 136,00 | 624,70 | 501,50 | **1 996,50** |
| ***Tłuszcz*** | 16,96 | 3,40 | 9,31 | 10,75 | **40,42** |
| ***Kw. nasycone*** | 9,95 | 1,83 | 4,34 | 5,84 | **21,95** |
| ***Węglowodany*** | 117,17 | 21,40 | 107,29 | 72,06 | **317,91** |
| ***Cukry*** | 27,75 | 15,80 | 21,63 | 7,73 | **72,90** |
| ***Białko*** | 32,96 | 6,85 | 34,39 | 25,40 | **99,60** |
| ***Sól*** | 2,86 | 0,01 | 1,87 | 1,67 | **6,40** |
| ***Błonnik*** | 10,54 | 2,00 | 16,60 | 7,35 | **36,49** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| | 2 170,80 | 572,50 | 2 621,10 | 2 041,70 | **7 406,10** |
| | 514,80 | 136,00 | 624,70 | 483,90 | **1 759,40** |
| | 14,77 | 3,40 | 9,31 | 11,00 | **38,47** |
| | 8,51 | 1,83 | 4,34 | 5,88 | **20,56** |
| | 64,14 | 21,40 | 107,29 | 61,42 | **254,24** |
| | 11,82 | 15,80 | 21,63 | 10,40 | **59,64** |
| | 28,46 | 6,85 | 34,39 | 24,68 | **94,38** |
| | 3,04 | 0,01 | 1,87 | 1,67 | **6,59** |
| | 10,23 | 2,00 | 16,60 | 8,63 | **37,46** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| | 3 070,45 | 770,50 | 2 591,50 | 2 144,60 | **8 577,05** |
| | 731,60 | 183,00 | 617,70 | 510,70 | **2 043,00** |
| | 16,57 | 4,60 | 9,19 | 10,59 | **40,95** |
| | 9,88 | 2,69 | 4,29 | 5,80 | **22,65** |
| | 120,48 | 30,10 | 105,89 | 78,23 | **334,70** |
| | 23,68 | 19,70 | 20,51 | 5,68 | **69,57** |
| | 32,93 | 6,75 | 34,05 | 25,81 | **99,54** |
| | 2,85 | 0,01 | 1,87 | 1,67 | **6,39** |
| | 8,85 | 1,60 | 16,34 | 0,60 | **27,39** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *P* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 3 070,45 | 770,50 | 2 030,10 | 293,00 | 1 914,70 | **8 078,75** |
| | 586,40 | 183,00 | 624,70 | 70,00 | 455,80 | **1 919,90** |
| | 13,90 | 4,60 | 9,31 | 1,80 | 10,27 | **39,88** |
| | 8,38 | 2,69 | 4,34 | 1,10 | 5,80 | **22,31** |
| | 96,18 | 30,10 | 107,29 | 9,90 | 62,13 | **305,60** |
| | 15,88 | 19,70 | 21,63 | 4,60 | 6,08 | **67,89** |
| | 25,79 | 6,75 | 34,39 | 3,20 | 27,48 | **97,61** |
| | 2,34 | 0,01 | 1,87 | 42,00 | 1,60 | **47,82** |
| | 7,50 | 1,60 | 16,60 | 1,10 | 8,10 | **34,90** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| ***Energia kJ*** | 2 794,75 | 770,50 | 2 030,10 | 1 868,90 | **7464,25** |
| ***Energia kcal*** | 665,70 | 183,00 | 624,70 | 444,80 | **1918,2** |
| ***Tłuszcz*** | 9,22 | 4,60 | 9,31 | 3,24 | **26,37** |
| ***Kw. nasycone*** | 4,85 | 2,69 | 4,34 | 0,78 | **12,65** |
| ***Węglowodany*** | 118,79 | 30,10 | 107,29 | 78,12 | **334,30** |
| ***Cukry*** | 23,57 | 19,70 | 21,63 | 5,57 | **70,47** |
| ***Białko*** | 32,82 | 6,75 | 34,39 | 25,45 | **99,41** |
| ***Sól*** | 2,83 | 0,01 | 1,87 | 1,58 | **6,29** |
| ***Błonnik*** | 8,85 | 1,60 | 16,60 | 6,45 | **33,50** |

**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

akept. 30.10.24r.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

*JADŁOSPIS DEKADOWY 23.11.2024*

*3 dzień sobota*

**poniedziałek**

| *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 |
| Polędwica drobiowa | 30 |
| Serek śmietanowy z chrzanem | 40 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 5 |
| Pomidor | 100 |
| Rzodkiewka | 50 |
| Sałata | 0 |
| **II ŚNIADANIE** | |
| Serek twarogowy ziarnisty | 150 |
| Surówka marchewka z jabłkiem | 100 |
| **OBIAD** | |
| Zupa z soczewicy czerwonej | 300 |
| Kotlet mielony drobiowy duszony | 80 |
| Kasza jęczmienna gotowana | 150 |
| Buraki czerwone gotowane z sokiem z cytryny i oliwą | 100 |
| Sos pieczeniowy | 30 |
| 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 | 80 |
| Szynkówka wieprzowa | 40 |
| Pomidor | 100 |
| Cytryna | 5 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |

| 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 |
| Polędwica drobiowa | 30 |
| Serek śmietanowy z chrzanem | 40 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 5 |
| Pomidor | 100 |
| Rzodkiewka | 50 |
| Sałata | 0 |
| **II ŚNIADANIE** | |
| Serek twarogowy ziarnisty | 150 |
| Surówka marchewka z jabłkiem | 100 |
| **OBIAD** | |
| Zupa z soczewicy czerwonej | 300 |
| Kotlet mielony drobiowy duszony | 80 |
| Kasza jęczmienna gotowana | 150 |
| Buraki czerwone gotowane z sokiem z cytryny i oliwą | 100 |
| Sos pieczeniowy | 30 |
| 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 | 80 |
| Szynkówka wieprzowa | 40 |
| Pomidor | 100 |
| Cytryna | 5 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |

| *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 |
| Polędwica drobiowa | 30 |
| Serek śmietanowy | 40 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 0 |
| Pomidor bez skórki | 100 |
| Rzodkiewka | 0 |
| Sałata | 35 |
| **II ŚNIADANIE** | |
| Serek twarogowy ziarnisty | 150 |
| Mus truskawkowy | 50 |
| **OBIAD** | |
| Zupa ziemniaczana | 300 |
| Kotlet mielony drobiowy duszony | 80 |
| Kasza jęczmienna gotowana | 150 |
| Buraki czerwone gotowane z sokiem z cytryny i oliwą | 100 |
| Sos pieczeniowy | 30 |
| 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 | 80 |
| Szynkówka wieprzowa | 40 |
| Pomidor bez skórki | 100 |
| Cytryna | 0 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |

| *DIETA BOGATOBIAŁKOWA ( 9)* | *Ilość g/ml* |
|---|---|
| Płatki ryżowe | 30 |
| Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 150 |
| Chleb pszenny | 130 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 |
| Masło śmietankowe | 15 |
| Polędwica drobiowa | 60 |
| Serek śmietanowy | 80 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 0 |
| Pomidor bez skórki | 100 |
| Rzodkiewka | 50 |
| Sałata | 35 |
| **II ŚNIADANIE** | |
| Serek twarogowy ziarnisty | 150 |
| Surówka marchewka z jabłkiem | 100 |
| **OBIAD** | |
| Zupa ziemniaczana | 300 |
| Kotlet mielony drobiowy duszony | 80 |
| Kasza jęczmienna gotowana | 150 |
| Buraki czerwone gotowane z sokiem z cytryny i oliwą | 100 |
| Sos pieczeniowy | 30 |
| Kompot wieloowocowy bez cukru | 300 |
| **PODWIECZOREK** | |
| Jogurt bananowy 1,5% tłuszczu | 250 |
| **KOLACJA** | |
| Chleb pszenny | 130 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 |
| Masło śmietankowe | 10 |
| Sałatka makaronowa z wędliną, pomidorem, kiszonym ogórkiem i koperkiem | 80 |
| Szynkówka wieprzowa | 60 |
| Pomidor bez skórki | 100 |
| Cytryna | 0 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |

| *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 |
| Polędwica drobiowa | 40 | 7,8,9,10 |
| Serek śmietanowy | 80 | 7 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 | |
| Cytryna | 0 | |
| Pomidor bez skórki | 100 | |
| Rzodkiewka | 0 | |
| Sałata | 35 | |
| **II ŚNIADANIE** | | |
| Serek twarogowy ziarnisty | 150 | 7 |
| Surówka marchewka z jabłkiem | 100 | |
| **OBIAD** | | |
| Zupa ziemniaczana | 300 | 1,3,7,9,10 |
| Kotlet mielony drobiowy duszony | 80 | 3 |
| Kasza jęczmienna gotowana | 150 | 1 |
| Buraki czerwone gotowane z sokiem z cytryny i oliwą | 100 | 7 |
| Sos pieczeniowy | 0 | 1 |
| Kompot wieloowocowy bez cukru | 300 | |
| **PODWIECZOREK** | | |
| Jogurt bananowy 1,5% tłuszczu | 0 | 7 |
| **KOLACJA** | | |
| Chleb pszenny | 130 | 1,11 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | 1,9 |
| Masło śmietankowe | 0 | 7 |
| Sałatka makaronowa z wędliną, pomidorem, kiszonym ogórkiem i koperkiem | 80 | 4,8,9,10 |
| Szynkówka wieprzowa | 40 | 7,8,9,10 |
| Pomidor bez skórki | 100 | |
| Cytryna | 0 | |
| Herbata, napar bez cukru | 250 | |

**WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW**

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 2 951,80 | 847,00 | 3 598,20 | 2 254,70 | **9 651,70** |
| *Energia kcal* | 710,80 | 198,50 | 784,00 | 537,40 | **2 230,70** |
| *Tłuszcz* | 22,15 | 6,65 | 9,89 | 17,02 | **55,71** |
| *Kw. nasycone* | 13,43 | 3,91 | 5,54 | 7,85 | **30,73** |
| *Węglowodany* | 107,58 | 12,20 | 115,81 | 79,70 | **315,28** |
| *Cukry* | 19,19 | 5,60 | 15,64 | 7,82 | **48,25** |
| *Białko* | 19,94 | 19,19 | 38,29 | 18,88 | **96,30** |
| *Sól* | 2,19 | 0,94 | 0,88 | 3,57 | **7,58** |
| *Błonnik* | 9,81 | 2,45 | 32,52 | 11,95 | **56,73** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 2 141,00 | 847,00 | 1 521,10 | 2 186,70 | **6 695,80** |
| *Energia kcal* | 507,80 | 198,50 | 784,00 | 519,80 | **2 010,10** |
| *Tłuszcz* | 19,67 | 6,65 | 9,89 | 17,26 | **53,46** |
| *Kw. nasycone* | 11,78 | 3,91 | 5,54 | 7,89 | **29,12** |
| *Węglowodany* | 63,64 | 12,20 | 115,81 | 69,06 | **260,70** |
| *Cukry* | 10,77 | 5,60 | 15,64 | 10,49 | **42,50** |
| *Białko* | 12,11 | 19,19 | 38,29 | 18,16 | **87,75** |
| *Sól* | 1,61 | 0,94 | 0,88 | 3,57 | **7,00** |
| *Błonnik* | 10,88 | 2,45 | 32,52 | 13,23 | **59,08** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 3 064,95 | 741,00 | 2 785,20 | 2 289,60 | **8 880,75** |
| *Energia kcal* | 738,70 | 176,50 | 664,00 | 546,60 | **2 125,80** |
| *Tłuszcz* | 24,20 | 7,13 | 7,55 | 16,85 | **55,73** |
| *Kw. nasycone* | 14,51 | 4,23 | 5,84 | 7,81 | **32,39** |
| *Węglowodany* | 112,77 | 9,22 | 102,37 | 85,87 | **310,22** |
| *Cukry* | 16,97 | 8,78 | 14,77 | 5,77 | **46,29** |
| *Białko* | 20,78 | 19,20 | 26,89 | 19,54 | **86,41** |
| *Sól* | 2,85 | 1,00 | 0,70 | 3,64 | **8,18** |
| *Błonnik* | 7,75 | 0,40 | 19,62 | 5,20 | **32,97** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *P* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 3 064,95 | 741,00 | 2 194,20 | 750,00 | 2 289,60 | **9 019,75** |
| *Energia kcal* | 922,45 | 198,50 | 664,00 | 175,00 | 584,80 | **2 544,75** |
| *Tłuszcz* | 40,10 | 6,65 | 7,55 | 3,75 | 19,79 | **77,85** |
| *Kw. nasycone* | 24,54 | 3,91 | 5,84 | 2,30 | 8,84 | **45,42** |
| *Węglowodany* | 116,96 | 12,20 | 102,37 | 26,00 | 86,15 | **343,68** |
| *Cukry* | 19,57 | 5,60 | 14,77 | 24,75 | 6,05 | **70,74** |
| *Białko* | 24,41 | 19,19 | 26,89 | 9,25 | 22,26 | **102,00** |
| *Sól* | 3,55 | 0,94 | 0,70 | 0,00 | 3,64 | **8,83** |
| *Błonnik* | 9,00 | 0,80 | 19,62 | 2,30 | 10,43 | **42,15** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 3 318,85 | 847,00 | 2 148,30 | 2 013,90 | **8328,05** |
| *Energia kcal* | 799,40 | 198,50 | 652,90 | 480,70 | **2131,5** |
| *Tłuszcz* | 28,52 | 6,65 | 7,28 | 9,50 | **51,95** |
| *Kw. nasycone* | 16,83 | 3,91 | 5,69 | 2,79 | **29,22** |
| *Węglowodany* | 110,42 | 12,20 | 100,57 | 85,76 | **308,95** |
| *Cukry* | 18,35 | 5,60 | 14,26 | 5,66 | **43,87** |
| *Białko* | 23,59 | 19,19 | 26,59 | 19,18 | **88,55** |
| *Sól* | 3,50 | 0,94 | 0,70 | 3,55 | **8,69** |
| *Błonnik* | 7,75 | 2,45 | 19,56 | 11,05 | **40,81** |

**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

obwt. 30.10.24.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

*JADŁOSPIS DEKADOWY 24.11.2024*

*4 dzień niedziela*

**ŚNIADANIE**

| *DIETA PODSTAWOWA ( I)* | *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 1,5 % tłuszczu | 150 | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 0 | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 150 | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 200 | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 150 | 7 |
| Chleb pszenny | 80 | Chleb pszenny | 0 | Chleb pszenny | 130 | Chleb pszenny | 100 | Chleb pszenny | 130 | 1 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 50 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 130 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | 1,11 |
| Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 15 | Masło śmietankowe | 0 | 7 |
| Serek twarogowy z ziołami | 50 | Serek twarogowy z ziołami | 50 | Ser twarogowy półtłusty w kawałku | 50 | Ser twarogowy półtłusty w kawałku | 100 | Ser twarogowy półtłusty w kawałku | 60 | 7 |
| Polędwica drobiowa | 40 | Polędwica drobiowa | 60 | Polędwica drobiowa | 40 | Polędwica drobiowa | 40 | Polędwica drobiowa | 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 | |
| Rzodkiewka | 50 | Rzodkiewka | 50 | Rzodkiewka | 0 | Rzodkiewka | 0 | Rzodkiewka | 0 | |
| Sałata | 0 | Sałata | 0 | Sałata | 35 | Sałata | 35 | Sałata | 35 | |
| **II ŚNIADANIE** | | **II ŚNIADANIE** | | **II ŚNIADANIE** | | **II ŚNIADANIE** | | **II ŚNIADANIE** | | |
| Napój mleczny jogurtowy bez cukru | 150 | Napój mleczny jogurtowy bez cukru | 150 | Napój mleczny jogurtowy bez cukru | 150 | Napój mleczny jogurtowy bez cukru | 250 | Napój mleczny jogurtowy bez cukru | 150 | 7 |
| Banan | 100 | Banan | 100 | 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 | 1 7,9 |
| Filet z piersi kurczaka duszony | 120 | Filet z piersi kurczaka duszony | 120 | Filet z piersi kurczaka duszony | 120 | Filet z piersi kurczaka duszony | 120 | Filet z piersi kurczaka duszony | 80 | 1,3, 6 |
| Makaron gotowany pełnoziarnisty | 150 | Makaron gotowany pełnoziarnisty | 150 | Makaron gotowany jasny | 150 | Makaron gotowany jasny | 150 | Makaron gotowany jasny | 200 | 1,3, |
| Szpinak duszony ze śmietaną | 120 | Szpinak duszony ze śmietaną | 120 | Szpinak duszony ze śmietaną | 120 | Szpinak duszony ze śmietaną | 120 | Szpinak duszony ze śmietaną | 120 | 1,7 |
| 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** | | |
| Sok marchwiowy | 0 | Sok marchwiowy | 0 | Sok marchwiowy | 0 | Sok marchwiowy | 150 | Sok marchwiowy | 0 | |
| **KOLACJA** | | **KOLACJA** | | **KOLACJA** | | **KOLACJA** | | **KOLACJA** | | |
| Chleb pszenny | 80 | Chleb pszenny | 0 | Chleb pszenny | 130 | Chleb pszenny | 100 | Chleb pszenny | 130 | 1 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 50 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 130 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | 1,11 |
| Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 15 | Masło śmietankowe | 0 | 7 |
| Pasztet pieczony | 40 | Pasztet pieczony | 40 | Kiełbasa szynkowa | 40 | Pasztet pieczony | 40 | Kiełbasa szynkowa | 40 | 7,8,9,10 |
| Serek twarogowy ziarnisty | 80 | Serek twarogowy ziarnisty | 80 | Serek twarogowy ziarnisty | 80 | Serek twarogowy ziarnisty | 80 | Serek twarogowy ziarnisty | 80 | 7 |
| Cytryna | 5 | Cytryna | 5 | Cytryna | 0 | Cytryna | 0 | Cytryna | 0 | |
| Pomidor | 100 | Pomidor | 100 | Pomidor bez skórki | 100 | Pomidor bez skórki | 100 | Pomidor bez skórki | 100 | |
| Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | |

**WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW**

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 3 078,90 | 915,00 | 2 441,40 | 3 826,10 | **10 261,40** |
| *Energia kcal* | 730 10 | 218,00 | 596,70 | 912,20 | **2 457,00** |
| *Tłuszcz* | 24,68 | 3,15 | 11,84 | 47,42 | **87,08** |
| *Kw. nasycone* | 14,78 | 1,83 | 6,89 | 20,29 | **43,79** |
| *Węglowodany* | 103,79 | 41,65 | 77,58 | 79,58 | **302,59** |
| *Cukry* | 19,99 | 26,55 | 6,84 | 12,20 | **65,58** |
| *Białko* | 22,26 | 7,00 | 45,00 | 46,01 | **120,27** |
| *Sól* | 2,10 | 0,22 | 1,49 | 5,42 | **9,23** |
| *Błonnik* | 10,16 | 1,70 | 15,66 | 8,87 | **36,39** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 2 351,20 | 915,00 | 2 441,40 | 3 758,10 | **9 465,70** |
| *Energia kcal* | 555,40 | 218,00 | 596,70 | 894,60 | **2 264,70** |
| *Tłuszcz* | 22,26 | 3,15 | 11,84 | 47,66 | **84,90** |
| *Kw. nasycone* | 13,33 | 1,83 | 6,89 | 20,33 | **42,38** |
| *Węglowodany* | 64,53 | 41,65 | 77,58 | 68,94 | **252,69** |
| *Cukry* | 11,31 | 26,55 | 6,84 | 14,87 | **59,57** |
| *Białko* | 13,45 | 7,00 | 45,00 | 45,29 | **110,74** |
| *Sól* | 1,93 | 0,22 | 1,49 | 5,43 | **9,07** |
| *Błonnik* | 10,48 | 1,70 | 15,66 | 10,15 | **37,99** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 2 873,75 | 915,00 | 1 920,90 | 3 376,20 | **9 085,85** |
| *Energia kcal* | 684,70 | 218,00 | 472,20 | 805,00 | **2 179,90** |
| *Tłuszcz* | 15,83 | 3,15 | 10,19 | 36,37 | **65,54** |
| *Kw. nasycone* | 8,63 | 1,83 | 6,67 | 15,61 | **32,74** |
| *Węglowodany* | 109,08 | 41,65 | 61,53 | 81,63 | **293,89** |
| *Cukry* | 17,92 | 26,55 | 5,94 | 7,75 | **58,17** |
| *Białko* | 28,51 | 7,00 | 37,05 | 44,82 | **117,38** |
| *Sól* | 1,83 | 0,22 | 1,49 | 5,40 | **8,94** |
| *Błonnik* | 8,50 | 1,70 | 8,46 | 1,20 | **19,86** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *P* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 2 873,75 | 915,00 | 1 920,90 | 271,50 | 3 201,15 | **9 182,30** |
| *Energia kcal* | 732,95 | 300,00 | 472,20 | 64,50 | 879,65 | **2 449,30** |
| *Tłuszcz* | 22,19 | 5,05 | 10,19 | 0,15 | 50,51 | **88,05** |
| *Kw. nasycone* | 12,97 | 2,97 | 6,67 | 0,02 | 22,71 | **45,33** |
| *Węglowodany* | 96,68 | 53,75 | 61,53 | 16,95 | 69,01 | **297,92** |
| *Cukry* | 22,03 | 31,25 | 5,94 | 14,85 | 9,91 | **83,98** |
| *Białko* | 37,58 | 11,00 | 37,05 | 0,60 | 44,18 | **130,41** |
| *Sól* | 1,61 | 0,37 | 1,49 | 43,50 | 5,34 | **52,30** |
| *Błonnik* | 7,15 | 1,70 | 8,46 | 0,02 | 10,70 | **28,03** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 2 653,55 | 915,00 | 1 960,90 | 2 903,90 | **8435,35** |
| *Energia kcal* | 632,10 | 218,00 | 477,30 | 692,50 | **2019,9** |
| *Tłuszcz* | 8,95 | 3,15 | 9,12 | 25,36 | **46,58** |
| *Kw. nasycone* | 3,89 | 1,83 | 6,34 | 9,30 | **21,36** |
| *Węglowodany* | 108,32 | 41,65 | 72,68 | 81,32 | **303,97** |
| *Cukry* | 18,19 | 26,55 | 6,14 | 7,44 | **58,32** |
| *Białko* | 30,27 | 7,00 | 29,90 | 41,18 | **108,35** |
| *Sól* | 1,82 | 0,22 | 1,30 | 4,90 | **8,24** |
| *Błonnik* | 8,50 | 1,70 | 8,86 | 7,05 | **26,11** |

**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

dietet. 30.10.24r.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o

*JADŁOSPIS DEKADOWY 25.11.2024*

*5 dzień poniedziałek*

**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* |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Płatki owsiane | 30 | Płatki owsiane | 0 | Płatki owsiane | 30 | Płatki owsiane | 30 | Płatki owsiane | 30 | 1 |
| Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 150 | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 0 | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 150 | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 200 | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 150 | 7 |
| Chleb pszenny | 80 | Chleb pszenny | 0 | Chleb pszenny | 130 | Chleb pszenny | 130 | Chleb pszenny | 130 | 1 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 50 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 130 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | 1,11 |
| Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 15 | Masło śmietankowe | 0 | 7 |
| Jajecznica na parze | 120 | Jajecznica na parze | 120 | Jajecznica na parze | 60 | Jajecznica na parze | 60 | Jajecznica na parze | 0 | 3 |
| Kiełbasa szynkowa | 60 | Kiełbasa szynkowa | 60 | Kiełbasa szynkowa | 60 | Kiełbasa szynkowa | 60 | Kiełbasa szynkowa | 60 | 7,8,9,10 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | |
| Cytryna | 5 | Cytryna | 5 | Cytryna | 0 | Cytryna | 0 | Cytryna | 0 | |
| Pomidor | 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 | 0 | Sałata | 0 | Sałata | 35 | Sałata | 35 | Sałata | 35 | |
| **II ŚNIADANIE** | | **II ŚNIADANIE** | | **II ŚNIADANIE** | | **II ŚNIADANIE** | | **II ŚNIADANIE** | | |
| Serek twarogowy homogenizowany naturalny | 150 | Serek twarogowy homogenizowany naturalny | 150 | Serek twarogowy homogenizowany naturalny | 150 | Serek twarogowy homogenizowany naturalny | 150 | Serek twarogowy homogenizowany naturalny | 150 | |
| Banan | 100 | Banan | 100 | Banan | 100 | Banan | 100 | Banan | 100 | |
| **OBIAD** | | **OBIAD** | | **OBIAD** | | **OBIAD** | | **OBIAD** | | |
| Rosół drobiowy z makaronem | 300 | Rosół drobiowy z makaronem | 300 | Rosół drobiowy z makaronem | 300 | Rosół drobiowy z makaronem | 300 | Rosół drobiowy z makaronem | 300 | 1,3,7,9,10 |
| Kurczak gotowany w jarzynach | 120 | Kurczak gotowany w jarzynach | 120 | Kurczak gotowany w jarzynach | 120 | Kurczak gotowany w jarzynach | 120 | Kurczak gotowany w jarzynach | 120 | 1, 6 |
| Ziemniaki późne | 200 | Ziemniaki późne | 200 | Ziemniaki późne | 200 | Ziemniaki późne | 200 | Ziemniaki późne | 200 | |
| Marchewka z jabłkiem z oliwą | 150 | Marchewka z jabłkiem z oliwą | 150 | Marchewka z jabłkiem z oliwą | 150 | Marchewka z jabłkiem z oliwą | 150 | Marchewka z jabłkiem z oliwą | 150 | 7 |
| Kompot z jabłek bez cukru | 300 | Kompot z jabłek bez cukru | 300 | Kompot z jabłek bez cukru | 300 | Kompot z jabłek bez cukru | 300 | Kompot z jabłek bez cukru | 300 | |
| **PODWIECZOREK** | | **PODWIECZOREK** | | **PODWIECZOREK** | | **PODWIECZOREK** | | **PODWIECZOREK** | | |
| Mandarynki | 0 | Mandarynki | 0 | Mandarynki | 0 | Mandarynki | 70 | Mandarynki | 0 | |
| **KOLACJA** | | **KOLACJA** | | **KOLACJA** | | **KOLACJA** | | **KOLACJA** | | |
| Chleb pszenny | 80 | Chleb pszenny | 0 | Chleb pszenny | 130 | Chleb pszenny | 130 | Chleb pszenny | 130 | 1,11 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 50 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 130 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | 1,9 |
| Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 15 | Masło śmietankowe | 0 | 2 |
| Sardynka w pomidorach | 50 | Sardynka w pomidorach | 50 | Sardynka w pomidorach | 50 | Sardynka w pomidorach | 50 | Sardynka w pomidorach | 50 | 7,8,9,10 |
| Ser twarogowy chudy | 50 | Ser twarogowy chudy | 100 | Ser twarogowy chudy | 100 | Ser twarogowy chudy | 100 | Ser twarogowy chudy | 100 | 7 |
| Cytryna | 5 | Cytryna | 5 | Cytryna | 0 | Cytryna | 0 | Cytryna | 0 | |
| Pomidor | 50 | Pomidor | 50 | Pomidor bez skórki | 50 | Pomidor bez skórki | 50 | Pomidor bez skórki | 50 | |
| Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | |

**WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW**

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 3 330,80 | 1 093,50 | 3 847,50 | 2 179,70 | **10 451,50** |
| *Energia kcal* | 792,50 | 261,50 | 915,80 | 518,40 | **2 488,20** |
| *Tłuszcz* | 27,04 | 11,55 | 24,38 | 14,64 | **77,60** |
| *Kw. nasycone* | 11,30 | 7,47 | 4,20 | 6,87 | **29,85** |
| *Węglowodany* | 104,45 | 27,70 | 147,62 | 70,99 | **350,75** |
| *Cukry* | 16,98 | 23,70 | 15,56 | 7,01 | **63,24** |
| *Białko* | 38,57 | 13,00 | 34,97 | 27,64 | **114,18** |
| *Sól* | 3,30 | 0,15 | 0,81 | 2,06 | **6,32** |
| *Błonnik* | 11,02 | 1,70 | 14,69 | 7,40 | **34,81** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 2 506,80 | 1 093,50 | 3 847,50 | 2 319,20 | **9 767,00** |
| *Energia kcal* | 594,60 | 261,50 | 915,80 | 550,30 | **2 322,20** |
| *Tłuszcz* | 22,87 | 11,55 | 24,38 | 15,13 | **73,92** |
| *Kw. nasycone* | 9,49 | 7,47 | 4,20 | 7,06 | **28,22** |
| *Węglowodany* | 65,52 | 27,70 | 147,62 | 62,10 | **302,93** |
| *Cukry* | 11,58 | 23,70 | 15,56 | 11,43 | **62,26** |
| *Białko* | 29,18 | 13,00 | 34,97 | 36,82 | **113,97** |
| *Sól* | 3,12 | 0,15 | 0,81 | 2,12 | **6,20** |
| *Błonnik* | 10,23 | 1,70 | 14,69 | 8,68 | **35,30** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 3 027,95 | 1 093,50 | 3 847,50 | 2 422,10 | **10 391,05** |
| *Energia kcal* | 721,20 | 261,50 | 915,80 | 577,10 | **2 475,60** |
| *Tłuszcz* | 21,47 | 11,55 | 24,38 | 14,72 | **72,12** |
| *Kw. nasycone* | 9,61 | 7,47 | 4,20 | 6,98 | **28,27** |
| *Węglowodany* | 108,04 | 27,70 | 147,62 | 78,91 | **362,27** |
| *Cukry* | 12,91 | 23,70 | 15,56 | 6,71 | **58,87** |
| *Białko* | 32,94 | 13,00 | 34,97 | 37,95 | **118,86** |
| *Sól* | 3,13 | 0,15 | 0,81 | 2,11 | **6,20** |
| *Błonnik* | 9,61 | 1,70 | 14,69 | 0,65 | **26,65** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *P* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 3 027,95 | 1 093,50 | 3 202,50 | 123,20 | 2 559,95 | **10 007,10** |
| *Energia kcal* | 777,65 | 261,50 | 915,80 | 29,40 | 610,05 | **2 594,40** |
| *Tłuszcz* | 25,90 | 11,55 | 24,38 | 0,14 | 18,40 | **80,36** |
| *Kw. nasycone* | 12,61 | 7,47 | 4,20 | 0,01 | 9,49 | **33,79** |
| *Węglowodany* | 110,59 | 27,70 | 147,62 | 7,84 | 78,97 | **372,72** |
| *Cukry* | 15,46 | 23,70 | 15,56 | 6,51 | 6,77 | **67,99** |
| *Białko* | 34,70 | 13,00 | 34,97 | 0,42 | 37,76 | **120,84** |
| *Sól* | 3,19 | 0,15 | 0,81 | 0,70 | 2,05 | **6,90** |
| *Błonnik* | 9,61 | 1,70 | 14,69 | 0,01 | 9,95 | **35,96** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 2 454,05 | 1 093,50 | 3 202,50 | 2 146,40 | **8896,45** |
| *Energia kcal* | 583,90 | 261,50 | 915,80 | 511,20 | **2272,4** |
| *Tłuszcz* | 8,90 | 11,55 | 24,38 | 7,37 | **52,20** |
| *Kw. nasycone* | 2,97 | 7,47 | 4,20 | 1,95 | **16,59** |
| *Węglowodany* | 106,61 | 27,70 | 147,62 | 78,80 | **360,73** |
| *Cukry* | 12,50 | 23,70 | 15,56 | 6,60 | **58,35** |
| *Białko* | 26,95 | 13,00 | 34,97 | 37,59 | **112,51** |
| *Sól* | 2,94 | 0,15 | 0,81 | 2,03 | **5,93** |
| *Błonnik* | 9,61 | 1,70 | 14,69 | 6,50 | **32,50** |

**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 osoby

Obowiązuje od 30.10.2024 r.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o

*JADŁOSPIS DEKADOWY 26.11.2024*

*6 dzień wtorek*

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* |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Płatki ryżowe | 30 | Płatki ryżowe | 0 | Płatki ryżowe | 30 | Płatki ryżowe | 30 | Płatki ryżowe | 30 | 1 |
| Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 150 | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 0 | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 150 | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 150 | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 150 | 7 |
| Chleb pszenny | 80 | Chleb pszenny | 0 | Chleb pszenny | 130 | Chleb pszenny | 130 | Chleb pszenny | 130 | 1 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 50 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 130 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | 1.11 |
| Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 15 | Masło śmietankowe | 0 | 7 |
| Kiełbasa szynkowa | 30 | Kiełbasa szynkowa | 30 | Kiełbasa szynkowa | 30 | Kiełbasa szynkowa | 30 | Kiełbasa szynkowa | 30 | 7,8,9,10 |
| Serek chudy jogurtowy | 60 | Serek chudy jogurtowy | 60 | Serek chudy jogurtowy | 60 | Serek chudy jogurtowy | 100 | Serek chudy jogurtowy | 60 | 7 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | |
| Cytryna | 5 | Cytryna | 5 | Cytryna | 0 | Cytryna | 0 | Cytryna | 0 | |
| Pomidor | 100 | Pomidor | 100 | Pomidor bez skórki | 100 | Pomidor bez skórki | 100 | Pomidor bez skórki | 100 | |
| Sałata | 35 | Sałata | 35 | Sałata | 35 | Sałata | 35 | Sałata | 35 | |
| **II ŚNIADANIE** | | **II ŚNIADANIE** | | **II ŚNIADANIE** | | **II ŚNIADANIE** | | **II ŚNIADANIE** | | |
| Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu | 150 | Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu | 150 | Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu | 150 | Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu | 150 | Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu | 150 | 7 |
| Brzoskwinia | 100 | Brzoskwinia | 100 | Brzoskwinia | 100 | Brzoskwinia | 100 | Brzoskwinia | 100 | |
| **OBIAD** | | **OBIAD** | | **OBIAD** | | **OBIAD** | | **OBIAD** | | |
| Zupa fasolowa | 300 | Zupa fasolowa | 300 | Zupa koperkowa | 300 | Zupa koperkowa | 300 | Zupa koperkowa | 300 | 7 |
| Klopsiki mielone z mięsa mieszanego w sosie ziołowym | 100 | Klopsiki mielone z mięsa mieszanego w sosie ziołowym | 100 | Klopsiki mielone z mięsa mieszanego w sosi | 100 | Klopsiki mielone z mięsa mieszanego w sosie ziołowym | 100 | Klopsiki mielone z mięsa mieszanego w sosie ziołowym | 100 | 6 |
| Ziemniaki wczesne | 200 | Ziemniaki wczesne | 250 | Ziemniaki wczesne | 200 | Ziemniaki wczesne | 200 | Ziemniaki wczesne | 250 | 1,3. |
| Ogórek kwaszony | 100 | Ogórek kwaszony | 100 | Ogórek kwaszony | 100 | Ogórek kwaszony | 100 | Ogórek kwaszony | 100 | |
| Kompot z jabłek bez cukru | 300 | Kompot z jabłek bez cukru | 300 | Kompot z jabłek bez cukru | 300 | Kompot z jabłek bez cukru | 300 | Kompot z jabłek bez cukru | 300 | |
| **PODWIECZOREK** | | **PODWIECZOREK** | | **PODWIECZOREK** | | **PODWIECZOREK** | | **PODWIECZOREK** | | |
| Jogurt owocowy 1,5% tłuszczu | 0 | Jogurt owocowy 1,5% tłuszczu | 0 | Jogurt owocowy 1,5% tłuszczu | 0 | Jogurt owocowy 1,5% tłuszczu | 150 | Jogurt owocowy 1,5% tłuszczu | 0 | |
| **KOLACJA** | | **KOLACJA** | | **KOLACJA** | | **KOLACJA** | | **KOLACJA** | | |
| Chleb pszenny | 80 | Chleb pszenny | 0 | Chleb pszenny | 130 | Chleb pszenny | 130 | Chleb pszenny | 130 | 1 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 50 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 130 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | 1.11 |
| Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 15 | Masło śmietankowe | 0 | 7 |
| Szynka kanapkowa | 30 | Szynka kanapkowa | 30 | Szynka kanapkowa | 30 | Szynka kanapkowa | 30 | Szynka kanapkowa | 30 | 7,8,9,10 |
| Sałatka grecka z sosem winegret | 80 | Sałatka grecka z sosem winegret | 80 | Serek grani naturalny | 80 | Sałatka grecka z sosem winegret | 160 | Serek grani naturalny | 80 | 7 |
| Pomidor | 100 | Pomidor | 100 | Pomidor bez skórki | 100 | Pomidor bez skórki | 100 | Pomidor bez skórki | 100 | |
| Cytryna | 5 | Cytryna | 5 | Cytryna | 0 | Cytryna | 0 | Cytryna | 0 | |
| Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | |

**WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW**

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 2 959,45 | 428,00 | 2 851,00 | 2 134,70 | **8 373,15** |
| *Energia kcal* | 712,30 | 101,50 | 680,00 | 506,80 | **2 000,60** |
| *Tłuszcz* | 20,03 | 0,95 | 18,28 | 16,40 | **55,66** |
| *Kw. nasycone* | 11,40 | 0,53 | 6,21 | 8,49 | **26,62** |
| *Węglowodany* | 107,41 | 18,95 | 100,76 | 73,33 | **300,45** |
| *Cukry* | 19,33 | 17,05 | 13,20 | 2,83 | **52,41** |
| *Białko* | 28,81 | 6,10 | 35,70 | 19,03 | **89,63** |
| *Sól* | 2,84 | 0,23 | 2,21 | 2,51 | **7,79** |
| *Błonnik* | 8,65 | 1,90 | 13,90 | 8,67 | **33,12** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 2 148,65 | 428,00 | 1 521,10 | 2 066,70 | **6 164,45** |
| *Energia kcal* | 509,30 | 101,50 | 714,50 | 489,20 | **1 814,50** |
| *Tłuszcz* | 17,58 | 0,95 | 18,33 | 16,64 | **53,49** |
| *Kw. nasycone* | 9,75 | 0,53 | 6,22 | 8,54 | **25,03** |
| *Węglowodany* | 63,47 | 18,95 | 108,91 | 62,69 | **254,02** |
| *Cukry* | 10,90 | 17,05 | 13,65 | 5,50 | **47,11** |
| *Białko* | 20,98 | 6,10 | 36,60 | 18,31 | **81,99** |
| *Sól* | 2,26 | 0,23 | 2,22 | 2,51 | **7,22** |
| *Błonnik* | 9,72 | 1,90 | 14,55 | 9,95 | **36,12** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 2 994,35 | 428,00 | 2 473,00 | 2 124,80 | **8 020,15** |
| *Energia kcal* | 721,50 | 101,50 | 590,00 | 507,20 | **1 920,20** |
| *Tłuszcz* | 19,87 | 0,95 | 15,43 | 13,09 | **49,34** |
| *Kw. nasycone* | 11,36 | 0,53 | 5,97 | 8,06 | **25,92** |
| *Węglowodany* | 113,59 | 18,95 | 87,05 | 78,85 | **298,44** |
| *Cukry* | 17,28 | 17,05 | 12,06 | 5,73 | **52,13** |
| *Białko* | 29,22 | 6,10 | 27,39 | 22,84 | **85,55** |
| *Sól* | 2,84 | 0,23 | 3,09 | 2,98 | **9,14** |
| *Błonnik* | 7,75 | 1,90 | 13,60 | 1,20 | **24,45** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *P* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 2 570,00 | 428,00 | 1 828,00 | 391,50 | 2 124,80 | **7 342,30** |
| *Energia kcal* | 818,85 | 101,50 | 590,00 | 93,00 | 629,75 | **2 233,10** |
| *Tłuszcz* | 27,94 | 0,95 | 15,43 | 2,25 | 25,45 | **72,03** |
| *Kw. nasycone* | 16,49 | 0,53 | 5,97 | 1,37 | 13,61 | **37,97** |
| *Węglowodany* | 114,84 | 18,95 | 87,05 | 13,20 | 82,14 | **316,18** |
| *Cukry* | 18,54 | 17,05 | 12,06 | 12,60 | -2,50 | **57,75** |
| *Białko* | 34,35 | 6,10 | 27,39 | 5,55 | 25,07 | **98,46** |
| *Sól* | 2,89 | 0,23 | 3,09 | 0,00 | 2,98 | **9,20** |
| *Błonnik* | 7,75 | 1,90 | 13,60 | 1,37 | 12,99 | **37,60** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 2 294,30 | 428,00 | 1 972,50 | 1 849,10 | **6543,9** |
| *Energia kcal* | 554,10 | 101,50 | 624,50 | 441,30 | **1721,4** |
| *Tłuszcz* | 12,52 | 0,95 | 15,48 | 5,74 | **34,69** |
| *Kw. nasycone* | 6,34 | 0,53 | 5,98 | 3,03 | **15,87** |
| *Węglowodany* | 110,66 | 18,95 | 95,20 | 78,74 | **303,55** |
| *Cukry* | 14,85 | 7,05 | 12,51 | 5,62 | **40,03** |
| *Białko* | 21,00 | 5,10 | 28,29 | 22,48 | **76,87** |
| *Sól* | 2,74 | 0,23 | 3,10 | 2,89 | **8,96** |
| *Błonnik* | 7,75 | 0,00 | 14,25 | 7,05 | **29,05** |

**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

dnia 30.10.24 r.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.