*JADŁOSPIS DEKADOWY 21.08.2024*

*1 dzień środa*

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 |
| Ser twarogowy chudy | 0 |
| Polędwica drobiowa | 60 |
| Ser, Ementaler pełnotłusty | 30 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 5 |
| Pomidor | 100 |
| Sałata | 35 |
| **II ŚNIADANIE** | |
| Budyń o smaku śmietankowym bez cukru | 150 |
| Mus truskawkowy | 50 |
| **OBIAD** | |
| Zupa z zielonego groszku | 300 |
| Gulasz wieprzowy z sosem | 100 |
| Kasza jęczmienna gotowana | 150 |
| Buraki czerwone gotowane z sokiem z cytryny i oliwą | 150 |
| Kompot z jabłek bez cukru | 300 |
| **PODWIECZOREK** | |
| Serek grani naturalny | 0 |
| **KOLACJA** | |
| Chleb pszenny | 80 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 50 |
| Masło śmietankowe | 10 |
| Pasta z jaj | 60 |
| Baton z kurczaka | 40 |
| Pomidor | 100 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 5 |

| *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 |
| Ser twarogowy chudy | 0 |
| Polędwica drobiowa | 60 |
| Ser, Ementaler pełnotłusty | 30 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 5 |
| Pomidor | 100 |
| Sałata | 35 |
| **II ŚNIADANIE** | |
| Budyń o smaku śmietankowym bez cukru | 150 |
| Mus truskawkowy | 50 |
| **OBIAD** | |
| Zupa z zielonego groszku | 300 |
| Gulasz wieprzowy z sosem | 100 |
| Kasza jęczmienna gotowana | 150 |
| Buraki czerwone gotowane z sokiem z cytryny i oliwą | 150 |
| Kompot z jabłek bez cukru | 300 |
| **PODWIECZOREK** | |
| Serek grani naturalny | 0 |
| **KOLACJA** | |
| Chleb pszenny | 0 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 130 |
| Masło śmietankowe | 10 |
| Pasta z jaj | 60 |
| Baton z kurczaka | 60 |
| Pomidor | 100 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 5 |

| *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 |
| Ser twarogowy chudy | 40 |
| Polędwica drobiowa | 60 |
| Ser, Ementaler pełnotłusty | 0 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 0 |
| Pomidor bez skórki | 100 |
| Sałata | 35 |
| **II ŚNIADANIE** | |
| Budyń o smaku śmietankowym bez cukru | 150 |
| Mus truskawkowy | 50 |
| **OBIAD** | |
| Zupa z zielonego groszku | 300 |
| Gulasz wieprzowy z sosem | 100 |
| Kasza jęczmienna gotowana | 150 |
| Buraki czerwone gotowane z sokiem z cytryny i oliwą | 150 |
| Kompot z jabłek bez cukru | 300 |
| **PODWIECZOREK** | |
| Serek grani naturalny | 0 |
| **KOLACJA** | |
| Chleb pszenny | 130 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 |
| Masło śmietankowe | 10 |
| Pasta z jaj | 60 |
| Baton z kurczaka | 40 |
| Pomidor bez skórki | 100 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 0 |

| *DIETA BOGATOBIAŁKOWA ( 9)* | *Ilość g/ml* |
|---|---|
| Płatki kukurydziane | 30 |
| Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 150 |
| Chleb pszenny | 130 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 |
| Masło śmietankowe | 15 |
| Ser twarogowy chudy | 80 |
| Polędwica drobiowa | 60 |
| Ser, Ementaler pełnotłusty | 0 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 0 |
| Pomidor bez skórki | 100 |
| Sałata | 35 |
| **II ŚNIADANIE** | |
| Budyń o smaku śmietankowym bez cukru | 250 |
| Mus truskawkowy | 50 |
| **OBIAD** | |
| Zupa z zielonego groszku | 300 |
| Gulasz wieprzowy z sosem | 100 |
| Kasza jęczmienna gotowana | 150 |
| Buraki czerwone gotowane z sokiem z cytryny i oliwą | 150 |
| Kompot z jabłek bez cukru | 300 |
| **PODWIECZOREK** | |
| Serek grani naturalny | 150 |
| **KOLACJA** | |
| Chleb pszenny | 130 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 |
| Masło śmietankowe | 15 |
| Pasta z jaj | 80 |
| Baton z kurczaka | 40 |
| Pomidor bez skórki | 100 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 0 |

| *DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (8)* | *Ilość g/ml* | *ALERGENY* |
|---|---|---|
| Płatki kukurydziane | 30 | 1 |
| Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 150 | 7 |
| Chleb pszenny | 130 | 1 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | 1,11 |
| Masło śmietankowe | 0 | 7 |
| Ser twarogowy chudy | 80 | 7 |
| Polędwica drobiowa | 60 | 7,8,9,10 |
| Ser, Ementaler pełnotłusty | 0 | 7 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 | |
| Cytryna | 0 | |
| Pomidor bez skórki | 100 | |
| Sałata | 35 | |
| **II ŚNIADANIE** | | |
| Budyń o smaku śmietankowym bez cukru | 150 | 7 |
| Mus truskawkowy | 50 | |
| **OBIAD** | | |
| Zupa z zielonego groszku | 300 | 1,3 |
| Gulasz wieprzowy z sosem | 100 | 1, 3, 7 |
| Kasza jęczmienna gotowana | 150 | 1 |
| Buraki czerwone gotowane z sokiem z cytryny i oliwą | 150 | |
| Kompot z jabłek bez cukru | 300 | |
| **PODWIECZOREK** | | |
| Serek grani naturalny | 0 | |
| **KOLACJA** | | |
| Chleb pszenny | 130 | 1 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | 1,11 |
| Masło śmietankowe | 0 | 7 |
| Pasta z jaj | 0 | 3, 7 |
| Baton z kurczaka | 60 | 7,8,9,10 |
| Pomidor bez skórki | 100 | |
| Herbata, napar bez cukru | 250 | |
| Cytryna | 0 | |

**WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW**

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| ***Energia kJ*** | 3 131,35 | 544,50 | 2 610,50 | 2 401,70 | **8 688,05** |
| ***Energia kcal*** | 745,90 | 130,00 | 777,00 | 571,20 | **2 223,50** |
| ***Tłuszcz*** | 22,90 | 3,38 | 18,12 | 23,74 | **68,13** |
| ***Kw. nasycone*** | 12,72 | 2,01 | 6,60 | 7,94 | **29,27** |
| ***Węglowodany*** | 105,04 | 19,12 | 135,47 | 71,10 | **330,72** |
| ***Cukry*** | 18,94 | 10,73 | 21,30 | 6,28 | **57,24** |
| ***Białko*** | 28,47 | 5,55 | 24,57 | 20,69 | **77,28** |
| ***Sól*** | 3,33 | 0,22 | 1,79 | 2,36 | **7,69** |
| ***Błonnik*** | 10,42 | 0,55 | 22,50 | 8,19 | **41,66** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| | 2 180,65 | 544,50 | 1 521,10 | 2 454,50 | **6 830,75** |
| | 548,30 | 130,00 | 777,00 | 582,40 | **2 037,70** |
| | 20,14 | 3,38 | 18,12 | 25,50 | **67,13** |
| | 11,16 | 2,01 | 6,60 | 8,51 | **28,28** |
| | 61,82 | 19,12 | 135,47 | 60,48 | **276,88** |
| | 9,46 | 10,73 | 21,30 | 8,97 | **50,45** |
| | 18,58 | 5,55 | 24,57 | 23,31 | **72,01** |
| | 2,69 | 0,22 | 1,79 | 2,68 | **6,98** |
| | 9,72 | 0,55 | 22,50 | 9,47 | **42,24** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| | 2 855,25 | 544,50 | 2 610,50 | 2 436,60 | **8 446,85** |
| | 680,10 | 130,00 | 777,00 | 580,40 | **2 167,50** |
| | 14,02 | 3,38 | 18,12 | 23,57 | **59,09** |
| | 7,47 | 2,01 | 15,32 | 7,91 | **32,71** |
| | 112,59 | 19,12 | 135,47 | 77,27 | **344,44** |
| | 18,27 | 10,73 | 21,30 | 4,23 | **54,52** |
| | 26,16 | 5,55 | 24,57 | 21,10 | **77,38** |
| | 2,69 | 0,22 | 1,79 | 2,35 | **7,05** |
| | 9,52 | 0,55 | 22,50 | 1,44 | **34,01** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *P* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 2 855,25 | 544,50 | 2 610,50 | 564,00 | 2 436,60 | **9 010,85** |
| | 752,65 | 200,00 | 777,00 | 135,00 | 652,75 | **2 517,40** |
| | 17,90 | 5,18 | 18,12 | 4,50 | 10,97 | **76,66** |
| | 10,10 | 3,11 | 6,60 | 4,20 | 10,93 | **34,95** |
| | 114,04 | 29,02 | 135,47 | 3,60 | 77,57 | **359,69** |
| | 19,72 | 15,33 | 21,30 | 3,00 | 4,43 | **63,78** |
| | 34,14 | 8,75 | 24,57 | 15,90 | 22,60 | **105,95** |
| | 2,74 | 0,32 | 1,79 | 420,00 | 2,35 | **427,20** |
| | 9,52 | 0,65 | 22,50 | 4,20 | 11,47 | **50,34** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| ***Energia kJ*** | 2 743,55 | 544,50 | 2 610,50 | 1 787,30 | **7687,85** |
| ***Energia kcal*** | 653,80 | 130,00 | 777,00 | 425,10 | **1985,9** |
| ***Tłuszcz*** | 6,87 | 3,38 | 18,12 | 6,58 | **34,95** |
| ***Kw. nasycone*** | 2,56 | 2,01 | 6,60 | 1,86 | **13,04** |
| ***Węglowodany*** | 113,88 | 19,12 | 135,47 | 76,46 | **344,92** |
| ***Cukry*** | 19,56 | 10,73 | 21,30 | 3,66 | **55,24** |
| ***Białko*** | 33,97 | 5,55 | 24,57 | 20,01 | **84,10** |
| ***Sól*** | 2,71 | 0,22 | 1,79 | 2,54 | **7,26** |
| ***Błonnik*** | 9,52 | 0,55 | 22,50 | 7,05 | **39,62** |

**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 Poc

dnia 14.08.2024 r.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

*JADŁOSPIS DEKADOWY 22.08.2024*

*2 dzień czwartek*

**ŚNIADANIE**

| *DIETA PODSTAWOWA ( 1)* | *Ilość g/ml* | *DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)* | *Ilość g/ml* |
|---|---|---|---|
| Płatki ryżowe | 30 | Płatki ryżowe | 0 |
| Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 150 | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 0 |
| Chleb pszenny | 80 | Chleb pszenny | 0 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 50 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 130 |
| Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 10 |
| Kiełbasa szynkowa | 30 | Kiełbasa szynkowa | 30 |
| Serek chudy jogurtowy | 60 | Serek chudy jogurtowy | 60 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 5 | Cytryna | 5 |
| Pomidor | 100 | Pomidor | 100 |
| Sałata | 35 | Sałata | 35 |
| **II ŚNIADANIE** | | **II ŚNIADANIE** | |
| Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu | 150 | Maślanka spożywcza 0.5 % tłuszczu | 150 |
| Brzoskwinia | 100 | Brzoskwinia | 100 |
| **OBIAD** | | **OBIAD** | |
| Zupa fasolowa | 300 | Zupa fasolowa | 300 |
| Klopsiki mielone z mięsa mieszanego w sosie ziołowym | 100 | Klopsiki mielone z mięsa mieszanego w sosie ziołowym | 100 |
| Ziemniaki wczesne | 200 | Ziemniaki wczesne | 200 |
| Ogórek małosolny | 100 | Ogórek małosolny | 100 |
| Kompot z jabłek bez cukru | 300 | Kompot z jabłek bez cukru | 300 |
| **PODWIECZOREK** | | **PODWIECZOREK** | |
| Jogurt owocowy 1,5% tłuszczu | 0 | Jogurt owocowy 1,5% tłuszczu | 0 |
| **KOLACJA** | | **KOLACJA** | |
| Chleb pszenny | 80 | Chleb pszenny | 0 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 50 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 130 |
| Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 10 |
| Szynka kanapkowa | 30 | Szynka kanapkowa | 30 |
| Sałatka grecka z sosem winegret | 80 | Sałatka grecka z sosem winegret | 80 |
| Pomidor | 100 | Pomidor | 100 |
| Cytryna | 5 | Cytryna | 5 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 |

| *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 | 30 | Płatki ryżowe | 30 | 1 |
| Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 150 | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 150 | Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 150 | 7 |
| Chleb pszenny | 130 | Chleb pszenny | 130 | Chleb pszenny | 130 | 1 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | 1.11 |
| Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 15 | Masło śmietankowe | 0 | 7 |
| Kiełbasa szynkowa | 30 | Kiełbasa szynkowa | 30 | Kiełbasa szynkowa | 30 | 7,8,9,10 |
| 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 | |
| Cytryna | 0 | Cytryna | 0 | Cytryna | 0 | |
| Pomidor bez skórki | 100 | Pomidor bez skórki | 100 | Pomidor bez skórki | 100 | |
| Sałata | 35 | Sałata | 35 | Sałata | 35 | |
| **II ŚNIADANIE** | | **II ŚNIADANIE** | | **II ŚNIADANIE** | | |
| 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 | |
| **OBIAD** | | **OBIAD** | | **OBIAD** | | |
| Zupa koperkowa | 300 | Zupa koperkowa | 300 | Zupa koperkowa | 300 | 7 |
| Klopsiki mielone z mięsa mieszanego w sosie | 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 | 200 | Ziemniaki wczesne | 250 | 1,3. |
| 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 | |
| **PODWIECZOREK** | | **PODWIECZOREK** | | **PODWIECZOREK** | | |
| Jogurt owocowy 1,5% tłuszczu | 0 | Jogurt owocowy 1,5% tłuszczu | 150 | Jogurt owocowy 1,5% tłuszczu | 0 | |
| **KOLACJA** | | **KOLACJA** | | **KOLACJA** | | |
| Chleb pszenny | 130 | Chleb pszenny | 130 | Chleb pszenny | 130 | 1 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | 1.11 |
| Masło śmietankowe | 10 | Masło śmietankowe | 15 | Masło śmietankowe | 0 | 7 |
| Szynka kanapkowa | 30 | Szynka kanapkowa | 30 | Szynka kanapkowa | 30 | 7,8,9,10 |
| Serek grani naturalny | 80 | Sałatka grecka z sosem winegret | 160 | Serek grani naturalny | 80 | 7 |
| Pomidor bez skórki | 100 | Pomidor bez skórki | 100 | Pomidor bez skórki | 100 | |
| Cytryna | 0 | Cytryna | 0 | Cytryna | 0 | |
| 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 | 2 862,00 | 2 134,70 | **8 384,15** |
| ***Energia kcal*** | 712,30 | 101,50 | 682,00 | 506,80 | **2 002,60** |
| ***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 | 101,76 | 73,33 | **301,45** |
| ***Cukry*** | 19,33 | 17,05 | 14,20 | 2,83 | **53,41** |
| ***Białko*** | 28,81 | 6,10 | 35,40 | 19,03 | **89,34** |
| ***Sól*** | 2,84 | 0,23 | 0,48 | 2,51 | **6,06** |
| ***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 | 682,00 | 489,20 | **1 782,00** |
| ***Tłuszcz*** | 17,58 | 0,95 | 18,28 | 16,64 | **53,44** |
| ***Kw. nasycone*** | 9,75 | 0,53 | 6,21 | 8,54 | **25,03** |
| ***Węglowodany*** | 63,47 | 18,95 | 101,76 | 62,69 | **246,87** |
| ***Cukry*** | 10,90 | 17,05 | 14,20 | 5,50 | **47,66** |
| ***Białko*** | 20,98 | 6,10 | 35,40 | 18,31 | **80,79** |
| ***Sól*** | 2,26 | 0,23 | 0,48 | 2,51 | **5,48** |
| ***Błonnik*** | 9,72 | 1,90 | 13,90 | 9,95 | **35,47** |

| | *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*** | 17,29 | 17,05 | 12,06 | 5,73 | **52,13** |
| ***Białko*** | 29,22 | 6,10 | 27,39 | 22,84 | **85,55** |
| ***Sól*** | 2,84 | 0,23 | 3,10 | 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 | 3,10 | 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

Okupt. 14.08. 2024 r.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 23.08.2024

4 dzień piątek

## DIETA PODSTAWOWA ( 1)

| | Ilość g/ml |
|---|---|
| Płatki jęczmienne | 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 jabłkowy bez cukru | 100 |
| Jogurt naturalny 2% tłuszczu | 150 |
| **OBIAD** | |
| Zupa ogórkowa | 300 |
| Miruna pieczona bez panierki | 100 |
| Ziemniaki późne | 200 |
| Surówka z selerów, jabłek i marchwi z sosem jogurtowym | 120 |
| Woda niegazowana | 250 |
| Sos śmietanowo-koperkowy | 30 |
| **PODWIECZOREK** | |
| Rogalik z serem | 0 |
| **KOLACJA** | |
| Chleb pszenny | 80 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 50 |
| Masło śmietankowe | 10 |
| Sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym | 80 |
| Szynkówka wieprzowa | 60 |
| Pomidor | 100 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 5 |

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

| | Ilość g/ml |
|---|---|
| Płatki jęczmienne | 0 |
| Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 0 |
| Chleb pszenny | 0 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 130 |
| Masło śmietankowe | 10 |
| Jaja gotowane | 120 |
| Baton z kurczaka | 60 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 5 |
| Rzodkiewka | 50 |
| Pomidor | 100 |
| **II ŚNIADANIE** | |
| Deser ryżowy jabłkowy bez cukru | 100 |
| Jogurt naturalny 2% tłuszczu | 150 |
| **OBIAD** | |
| Zupa ogórkowa | 300 |
| Miruna pieczona bez panierki | 100 |
| Ziemniaki późne | 200 |
| Surówka z selerów, jabłek i marchwi z sosem jogurtowym | 120 |
| Woda niegazowana | 250 |
| Sos śmietanowo-koperkowy | 30 |
| **PODWIECZOREK** | |
| Rogalik z serem | 0 |
| **KOLACJA** | |
| Chleb pszenny | 0 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 130 |
| Masło śmietankowe | 10 |
| Sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym | 80 |
| Szynkówka wieprzowa | 60 |
| Pomidor | 100 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 5 |

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

| | Ilość g/ml |
|---|---|
| Płatki jęczmienne | 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 |
| Sałata | 35 |
| Pomidor bez skórki | 100 |
| **II ŚNIADANIE** | |
| Deser ryżowy jabłkowy bez cukru | 100 |
| Jogurt naturalny 2% tłuszczu | 150 |
| **OBIAD** | |
| Zupa ogórkowa | 300 |
| Miruna pieczona bez panierki | 100 |
| Ziemniaki późne | 200 |
| Surówka z selerów, jabłek i marchwi z sosem jogurtowym | 120 |
| Woda niegazowana | 250 |
| Sos śmietanowo-koperkowy | 30 |
| **PODWIECZOREK** | |
| Rogalik z serem | 0 |
| **KOLACJA** | |
| Chleb pszenny | 130 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 |
| Masło śmietankowe | 10 |
| Sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym | 80 |
| Szynkówka wieprzowa | 60 |
| Pomidor bez skórki | 100 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 0 |

## DIETA BOGATOBIAŁKOWA ( 9)

| | Ilość g/ml |
|---|---|
| Płatki jęczmienne | 30 |
| Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 200 |
| Chleb pszenny | 130 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 |
| Masło śmietankowe | 15 |
| Jaja gotowane | 120 |
| Baton z kurczaka | 30 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 0 |
| Sałata | 35 |
| Pomidor bez skórki | 100 |
| **II ŚNIADANIE** | |
| Deser ryżowy jabłkowy bez cukru | 100 |
| Jogurt naturalny 2% tłuszczu | 150 |
| **OBIAD** | |
| Zupa ogórkowa | 300 |
| Miruna pieczona bez panierki | 100 |
| Ziemniaki późne | 200 |
| Surówka z selerów, jabłek i marchwi z sosem jogurtowym | 120 |
| Woda niegazowana | 250 |
| Sos śmietanowo-koperkowy | 30 |
| **PODWIECZOREK** | |
| Rogalik z serem | 70 |
| **KOLACJA** | |
| Chleb pszenny | 130 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 |
| Masło śmietankowe | 15 |
| Sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym | 80 |
| Szynkówka wieprzowa | 60 |
| Pomidor bez skórki | 100 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 0 |

## DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)

| | Ilość g/ml | ALERGENY |
|---|---|---|
| Płatki jęczmienne | 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 | 40 | 7,8,9,10 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 | |
| Cytryna | 0 | |
| Sałata | 35 | |
| Pomidor bez skórki | 100 | |
| **II ŚNIADANIE** | | |
| Deser ryżowy jabłkowy bez cukru | 100 | 1,7 |
| Jogurt naturalny 2% tłuszczu | 150 | |
| **OBIAD** | | |
| Zupa ogórkowa | 300 | 7 |
| Miruna pieczona bez panierki | 100 | 4 |
| Ziemniaki późne | 200 | |
| Surówka z selerów, jabłek i marchwi z sosem jogurtowym | 120 | 9 |
| Woda niegazowana | 250 | |
| Sos śmietanowo-koperkowy | 30 | |
| **PODWIECZOREK** | | |
| Rogalik z serem | 0 | |
| **KOLACJA** | | |
| Chleb pszenny | 130 | 1 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | 1,11 |
| Masło śmietankowe | 0 | 7 |
| Sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym | 80 | 7,8,9,10 |
| Szynkówka wieprzowa | 60 | 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 | 939,50 | 2 084,00 | 2 377,90 | **8 627,20** |
| *Energia kcal* | 767,80 | 224,00 | 514,20 | 565,20 | **2 071,20** |
| *Tłuszcz* | 25,13 | 6,00 | 13,68 | 19,71 | **64,51** |
| *Kw. nasycone* | 10,93 | 3,82 | 3,81 | 8,82 | **27,39** |
| *Węglowodany* | 104,50 | 33,20 | 81,33 | 79,42 | **298,44** |
| *Cukry* | 17,14 | 15,00 | 20,81 | 7,64 | **60,58** |
| *Białko* | 36,67 | 9,25 | 30,88 | 20,80 | **97,60** |
| *Sól* | 3,24 | 0,14 | 2,17 | 3,42 | **8,96** |
| *Błonnik* | 12,08 | 0,30 | 11,08 | 9,95 | **33,41** |

| | Ś | II | O | K | RAZEM |
|---|---|---|---|---|---|
| | 2 535,80 | 939,50 | 1 521,10 | 2 309,90 | **7 306,30** |
| | 602,00 | 224,00 | 514,20 | 547,60 | **1 887,80** |
| | 23,56 | 6,00 | 13,68 | 19,95 | **63,18** |
| | 9,82 | 3,82 | 3,83 | 8,87 | **26,33** |
| | 62,56 | 33,20 | 81,33 | 68,78 | **245,86** |
| | 9,99 | 15,00 | 20,81 | 10,31 | **56,10** |
| | 31,25 | 9,25 | 30,88 | 20,08 | **91,46** |
| | 2,91 | 0,14 | 2,17 | 3,42 | **8,64** |
| | 10,48 | 0,30 | 11,08 | 11,23 | **33,09** |

| | Ś | II | O | K | RAZEM |
|---|---|---|---|---|---|
| | 3 257,85 | 939,50 | 2 084,00 | 2 412,80 | **8 694,15** |
| | 776,30 | 224,00 | 514,20 | 574,40 | **2 088,90** |
| | 24,95 | 6,00 | 13,68 | 19,54 | **64,17** |
| | 10,89 | 3,82 | 8,18 | 8,79 | **31,67** |
| | 109,78 | 33,20 | 81,33 | 85,59 | **309,90** |
| | 14,87 | 15,00 | 20,81 | 5,59 | **56,27** |
| | 37,21 | 9,25 | 30,88 | 21,21 | **98,55** |
| | 3,23 | 0,14 | 2,17 | 3,42 | **8,95** |
| | 10,56 | 0,30 | 11,08 | 3,20 | **25,14** |

| | Ś | II | O | P | K | RAZEM |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 3 257,85 | 939,50 | 2 084,00 | 761,60 | 2 412,80 | **9 455,75** |
| | 818,35 | 224,00 | 514,20 | 181,30 | 607,35 | **2 345,20** |
| | 28,62 | 6,00 | 13,68 | 4,62 | 23,22 | **76,13** |
| | 13,62 | 3,82 | 3,83 | 0,00 | 11,10 | **32,57** |
| | 112,32 | 33,20 | 81,33 | 28,70 | 85,65 | **341,20** |
| | 17,41 | 15,00 | 20,81 | 10,92 | 5,63 | **69,79** |
| | 37,30 | 9,25 | 30,88 | 6,72 | 21,27 | **105,41** |
| | 3,13 | 0,14 | 2,17 | 0,00 | 3,42 | **8,85** |
| | 10,56 | 0,30 | 11,08 | 0,00 | 14,03 | **35,97** |

| | Ś | II | O | K | RAZEM |
|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 2 708,55 | 939,50 | 2 084,00 | 2 137,10 | **7869,15** |
| *Energia kcal* | 645,00 | 224,00 | 514,20 | 508,50 | **1891,7** |
| *Tłuszcz* | 15,04 | 6,00 | 13,68 | 12,19 | **44,91** |
| *Kw. nasycone* | 4,45 | 3,82 | 3,83 | 3,76 | **15,85** |
| *Węglowodany* | 109,37 | 33,20 | 81,33 | 85,48 | **309,38** |
| *Cukry* | 14,46 | 15,00 | 20,81 | 3,48 | **53,75** |
| *Białko* | 31,22 | 9,25 | 30,88 | 21,10 | **92,45** |
| *Sól* | 3,04 | 0,14 | 2,17 | 3,40 | **8,74** |
| *Błonnik* | 10,56 | 0,30 | 11,08 | 9,05 | **30,99** |

**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 Podpi

dietet. 14.08.2024r.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

*JADŁOSPIS DEKADOWY 24.08.2024*

*4 dzień sobota*

**ŚNIADANIE**

| *DIETA PODSTAWOWA ( 1)* | *Ilość g/ml* |
|---|---|
| Chrupki kukurydziane | 30 |
| Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 150 |
| Chleb pszenny | 80 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 50 |
| Masło śmietankowe | 10 |
| Ser. Edamski tłusty | 50 |
| Polędwica drobiowa | 30 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 5 |
| Pomidor | 100 |
| Ogórek | 50 |
| Sałata | 0 |
| **II ŚNIADANIE** | |
| Jogurt naturalny 2% tłuszczu | 150 |
| Nektarynka | 100 |
| **OBIAD** | |
| Zupa kalafiorowa I | 300 |
| Sos pomidorowy z mięsem wieprzowym i warzywami | 120 |
| Makaron gotowany pełnoziarnisty | 200 |
| Fasolka szparagowa gotowana z oliwą | 120 |
| Woda niegazowana | 300 |
| **PODWIECZOREK** | |
| Sok marchwiowy | 0 |
| **KOLACJA** | |
| Chleb pszenny | 80 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 50 |
| Masło śmietankowe | 10 |
| Szynka wieprzowa gotowana | 40 |
| Pasta z twarogu i ryby wędzonej | 60 |
| Cytryna | 5 |
| Pomidor | 100 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |

| *DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)* | *Ilość g/ml* |
|---|---|
| Chrupki kukurydziane | 0 |
| Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 0 |
| Chleb pszenny | 0 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 130 |
| Masło śmietankowe | 10 |
| Ser. Edamski tłusty | 50 |
| Polędwica drobiowa | 30 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 5 |
| Pomidor | 100 |
| Ogórek | 50 |
| Sałata | 0 |
| **II ŚNIADANIE** | |
| Jogurt naturalny 2% tłuszczu | 150 |
| Nektarynka | 100 |
| **OBIAD** | |
| Zupa kalafiorowa I | 300 |
| Sos pomidorowy z mięsem wieprzowym i warzywami | 120 |
| Makaron gotowany pełnoziarnisty | 200 |
| Fasolka szparagowa gotowana z oliwą | 120 |
| Woda niegazowana | 300 |
| **PODWIECZOREK** | |
| Sok marchwiowy | 0 |
| **KOLACJA** | |
| Chleb pszenny | 0 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 130 |
| Masło śmietankowe | 10 |
| Szynka wieprzowa gotowana | 40 |
| Pasta z twarogu i ryby wędzonej | 60 |
| Cytryna | 5 |
| Pomidor | 100 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |

| *DIETA ŁATWOSTRAWNA I DIETA PAPKOWATA (2) i (12)* | *Ilość g/ml* |
|---|---|
| Chrupki kukurydziane | 30 |
| Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 150 |
| Chleb pszenny | 130 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 |
| Masło śmietankowe | 10 |
| Ser twarogowy półtłusty w kawałku | 50 |
| Polędwica drobiowa | 30 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 0 |
| Pomidor bez skórki | 100 |
| Ogórek | 0 |
| Sałata | 35 |
| **II ŚNIADANIE** | |
| Jogurt naturalny 2% tłuszczu | 150 |
| Nektarynka | 100 |
| **OBIAD** | |
| Zupa kalafiorowa I | 300 |
| Sos pomidorowy z mięsem wieprzowym i warzywami | 120 |
| Makaron gotowany jasny | 200 |
| Fasolka szparagowa gotowana z oliwą | 120 |
| Woda niegazowana | 300 |
| **PODWIECZOREK** | |
| Sok marchwiowy | 0 |
| **KOLACJA** | |
| Chleb pszenny | 130 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 |
| Masło śmietankowe | 10 |
| Szynka wieprzowa gotowana | 40 |
| Pasta z twarogu i ryby wędzonej | 60 |
| Cytryna | 0 |
| Pomidor bez skórki | 100 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |

| *DIETA BOGATOBIAŁKOWA ( 9)* | *Ilość g/ml* |
|---|---|
| Chrupki kukurydziane | 30 |
| Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 200 |
| Chleb pszenny | 100 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 |
| Masło śmietankowe | 15 |
| Ser twarogowy półtłusty w kawałku | 100 |
| Polędwica drobiowa | 30 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 0 |
| Pomidor bez skórki | 100 |
| Ogórek | 0 |
| Sałata | 35 |
| **II ŚNIADANIE** | |
| Jogurt naturalny 2% tłuszczu | 250 |
| Nektarynka | 100 |
| **OBIAD** | |
| Zupa kalafiorowa I | 300 |
| Sos pomidorowy z mięsem wieprzowym i warzywami | 120 |
| Makaron gotowany jasny | 200 |
| Fasolka szparagowa gotowana z oliwą | 120 |
| Woda niegazowana | 300 |
| **PODWIECZOREK** | |
| Sok marchwiowy | 150 |
| **KOLACJA** | |
| Chleb pszenny | 100 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 |
| Masło śmietankowe | 15 |
| Szynka wieprzowa gotowana | 40 |
| Pasta z twarogu i ryby wędzonej | 60 |
| Cytryna | 0 |
| Pomidor bez skórki | 100 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |

| *DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)* | *Ilość g/ml* | *ALERGENY* |
|---|---|---|
| Chrupki kukurydziane | 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 półtłusty w kawałku | 50 | 7 |
| Polędwica drobiowa | 30 | 7,8,9,10 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 | |
| Cytryna | 0 | |
| Pomidor bez skórki | 100 | |
| Ogórek | 0 | |
| Sałata | 35 | |
| **II ŚNIADANIE** | | |
| Jogurt naturalny 2% tłuszczu | 150 | 7 |
| Nektarynka | 100 | |
| **OBIAD** | | |
| Zupa kalafiorowa I | 300 | 1,7,9 |
| Sos pomidorowy z mięsem wieprzowym i warzywami | 120 | 1,3, 6 |
| Makaron gotowany jasny | 200 | |
| Fasolka szparagowa gotowana z oliwą | 120 | 1,7 |
| Woda niegazowana | 300 | |
| **PODWIECZOREK** | | |
| Sok marchwiowy | 0 | |
| **KOLACJA** | | |
| Chleb pszenny | 130 | 1 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | 1,11 |
| Masło śmietankowe | 0 | 7 |
| Szynka wieprzowa gotowana | 60 | 7,8,9,10 |
| Ser twarogowy chudy | 100 | 3,7,9 |
| Cytryna | 0 | |
| Pomidor bez skórki | 100 | |
| Herbata, napar bez cukru | 250 | |

**WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW**

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| ***Energia kJ*** | 3 196,40 | 582,50 | 2 774,40 | 2 345,90 | **8 899,20** |
| ***Energia kcal*** | 760,30 | 139,00 | 663,80 | 558,20 | **2 121,30** |
| ***Tłuszcz*** | 25,13 | 3,20 | 16,48 | 19,86 | **64,66** |
| ***Kw. nasycone*** | 14,13 | 1,79 | 4,64 | 8,63 | **29,18** |
| ***Węglowodany*** | 103,55 | 21,10 | 96,60 | 73,14 | **294,38** |
| ***Cukry*** | 14,79 | 16,60 | 11,28 | 8,26 | **50,92** |
| ***Białko*** | 31,10 | 7,35 | 34,02 | 25,25 | **97,72** |
| ***Sól*** | 2,56 | 0,00 | 0,68 | 2,94 | **6,19** |
| ***Błonnik*** | 10,48 | 1,20 | 22,84 | 8,25 | **42,77** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| | 2 389,70 | 582,50 | 2 774,40 | 2 277,90 | **8 024,00** |
| | 566,60 | 139,00 | 663,80 | 540,60 | **1 910,00** |
| | 22,22 | 3,20 | 16,48 | 20,10 | **61,99** |
| | 12,61 | 1,79 | 4,64 | 8,68 | **27,71** |
| | 61,74 | 21,10 | 96,60 | 62,50 | **241,93** |
| | 9,87 | 16,60 | 11,78 | 10,93 | **48,67** |
| | 22,61 | 7,35 | 34,02 | 24,53 | **88,51** |
| | 2,38 | 0,00 | 0,68 | 2,94 | **6,01** |
| | 9,48 | 1,20 | 22,84 | 9,53 | **43,05** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| | 2 845,25 | 582,50 | 2 080,40 | 2 380,80 | **7 888,95** |
| | 677,90 | 139,00 | 497,80 | 567,40 | **1 882,10** |
| | 15,63 | 3,20 | 14,28 | 19,69 | **52,80** |
| | 8,49 | 1,79 | 4,34 | 8,60 | **23,21** |
| | 111,09 | 21,10 | 75,20 | 79,31 | **286,70** |
| | 13,92 | 16,60 | 10,08 | 6,21 | **46,80** |
| | 27,95 | 7,35 | 23,42 | 25,66 | **84,38** |
| | 1,83 | 0,00 | 0,68 | 2,94 | **5,45** |
| | 9,82 | 1,20 | 13,24 | 1,50 | **25,76** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| | 2 845,25 | 582,50 | 2 080,40 | 2 205,75 | **7 713,90** |
| | 726,15 | 263,50 | 497,80 | 525,65 | **2 013,10** |
| | 21,99 | 5,35 | 14,28 | 22,95 | **64,56** |
| | 12,82 | 2,98 | 4,34 | 11,05 | **31,19** |
| | 98,69 | 44,25 | 75,20 | 62,57 | **280,71** |
| | 18,02 | 35,45 | 10,08 | 5,97 | **69,51** |
| | 37,02 | 12,25 | 23,42 | 23,43 | **96,11** |
| | 1,61 | 0,11 | 0,68 | 2,87 | **5,27** |
| | 8,47 | 3,15 | 13,24 | 7,30 | **32,16** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| ***Energia kJ*** | 2 569,55 | 582,50 | 2 080,40 | 2 423,70 | **7656,15** |
| ***Energia kcal*** | 612,00 | 139,00 | 497,80 | 577,50 | **1826,3** |
| ***Tłuszcz*** | 8,28 | 3,20 | 14,28 | 13,50 | **39,26** |
| ***Kw. nasycone*** | 3,46 | 1,79 | 4,34 | 4,41 | **13,99** |
| ***Węglowodany*** | 109,96 | 21,10 | 75,20 | 80,50 | **286,76** |
| ***Cukry*** | 13,81 | 16,60 | 10,08 | 7,70 | **48,18** |
| ***Białko*** | 27,84 | 7,35 | 23,42 | 39,38 | **97,99** |
| ***Sól*** | 1,81 | 0,00 | 0,68 | 2,86 | **5,35** |
| ***Błonnik*** | 9,82 | 1,20 | 13,24 | 7,05 | **31,31** |

**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

Akceptuję 14.08.2024r.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.

*JADŁOSPIS DEKADOWY 25.08.2024*

*5 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 |
| 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 wielowocowy 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 wielowocowy 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 wielowocowy 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 wielowocowy 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 | |
| Surówka marchewka z jabłkiem | 100 | |
| **OBIAD** | | |
| Zupa ziemniaczana | 300 | 1,3,7,9,10 |
| Kotlet mielony drobiowy duszony | 80 | |
| Kasza jęczmienna gotowana | 150 | 1 |
| Buraki czerwone gotowane z sokiem z cytryny i oliwą | 100 | 7 |
| Sos pieczeniowy | 30 | |
| Kompot wielowocowy bez cukru | 300 | |
| **PODWIECZOREK** | | |
| Jogurt bananowy 1,5% tłuszczu | 0 | |
| **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* | 19,20 | 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 | **6 695,86** |
| *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* | 16,98 | 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 | 730,00 | 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 | 2 194,20 | 2 013,90 | **8373,95** |
| *Energia kcal* | 799,40 | 198,50 | 664,00 | 480,70 | **2142,6** |
| *Tłuszcz* | 28,52 | 6,65 | 7,55 | 9,50 | **52,22** |
| *Kw. nasycone* | 16,83 | 3,91 | 5,84 | 2,79 | **29,37** |
| *Węglowodany* | 110,42 | 12,20 | 102,37 | 85,76 | **310,75** |
| *Cukry* | 18,35 | 5,60 | 14,77 | 5,66 | **44,38** |
| *Białko* | 23,59 | 19,19 | 26,89 | 19,18 | **88,85** |
| *Sól* | 3,50 | 0,94 | 0,70 | 3,55 | **8,69** |
| *Błonnik* | 7,75 | 2,45 | 19,62 | 11,05 | **40,87** |

**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

dieteptyk 14.08.2024.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o

# JADŁOSPIS DEKADOWY 26.08.2024

## 6 dzień poniedziałek

## ŚNIADANIE

| DIETA PODSTAWOWA ( 1) | Ilość g/ml |
|---|---|
| Kluski lane na mleku | 180 |
| Chleb pszenny | 80 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 50 |
| Masło śmietankowe | 10 |
| Ser twarogowy chudy | 60 |
| Kiełbasa szynkowa | 40 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 5 |
| Pomidor | 50 |
| Papryka czerwona | 50 |
| Sałata | 0 |
| **II ŚNIADANIE** | |
| Jogurt naturalny 2% tłuszczu | 150 |
| Jabłko pieczone | 100 |
| **OBIAD** | |
| Barszcz biały vege | 300 |
| Filet z piersi kurczaka duszony | 100 |
| Ziemniaki późne | 200 |
| Surówka z kapusty pekińskiej, jabłek, pomidora i z ziarnem słonecznika | 100 |
| Sos pomidorowy | 30 |
| Kompot wieloowocowy bez cukru | 300 |
| **PODWIECZOREK** | |
| Bułka maślana | 0 |
| **KOLACJA** | |
| Chleb pszenny | 80 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 50 |
| Masło śmietankowe | 10 |
| Szynkówka wieprzowa | 50 |
| Serek twarogowy ziarnisty | 50 |
| Cytryna | 5 |
| Pomidor | 100 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |

| 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 |
| Ser twarogowy chudy | 100 |
| Kiełbasa szynkowa | 40 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 5 |
| Pomidor | 50 |
| Papryka czerwona | 50 |
| Sałata | 0 |
| **II ŚNIADANIE** | |
| Jogurt naturalny 2% tłuszczu | 150 |
| Jabłko pieczone | 100 |
| **OBIAD** | |
| Barszcz biały vege | 300 |
| Filet z piersi kurczaka duszony | 100 |
| Ziemniaki późne | 200 |
| Surówka z kapusty pekińskiej, jabłek, pomidora i z ziarnem słonecznika | 100 |
| Sos pomidorowy | 30 |
| Kompot wieloowocowy bez cukru | 300 |
| **PODWIECZOREK** | |
| Bułka maślana | 0 |
| **KOLACJA** | |
| Chleb pszenny | 0 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 130 |
| Masło śmietankowe | 10 |
| Szynkówka wieprzowa | 50 |
| Serek twarogowy ziarnisty | 100 |
| Cytryna | 5 |
| Pomidor | 100 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |

| 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 |
| Ser twarogowy chudy | 60 |
| Kiełbasa szynkowa | 40 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 0 |
| Pomidor bez skórki | 100 |
| Papryka czerwona | 0 |
| Sałata | 15 |
| **II ŚNIADANIE** | |
| Jogurt naturalny 2% tłuszczu | 150 |
| Jabłko pieczone | 100 |
| **OBIAD** | |
| Barszcz biały vege | 300 |
| Filet z piersi kurczaka duszony | 100 |
| Ziemniaki późne | 120 |
| Surówka z kapusty pekińskiej, jabłek, pomidora i z ziarnem słonecznika | 100 |
| Sos pomidorowy | 30 |
| Kompot wieloowocowy bez cukru | 300 |
| **PODWIECZOREK** | |
| Bułka maślana | 0 |
| **KOLACJA** | |
| Chleb pszenny | 130 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 |
| Masło śmietankowe | 10 |
| Szynkówka wieprzowa | 50 |
| Serek twarogowy ziarnisty | 100 |
| Cytryna | 0 |
| Pomidor bez skórki | 100 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |

| DIETA BOGATOBIAŁKOWA ( 9) | Ilość g/ml |
|---|---|
| Kluski lane na mleku | 180 |
| Chleb pszenny | 100 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 |
| Masło śmietankowe | 15 |
| Ser twarogowy chudy | 100 |
| Kiełbasa szynkowa | 40 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 0 |
| Pomidor bez skórki | 100 |
| Papryka czerwona | 0 |
| Sałata | 15 |
| **II ŚNIADANIE** | |
| Jogurt naturalny 2% tłuszczu | 150 |
| Jabłko pieczone | 100 |
| **OBIAD** | |
| Barszcz biały vege | 300 |
| Filet z piersi kurczaka duszony | 100 |
| Ziemniaki późne | 200 |
| Surówka z kapusty pekińskiej, jabłek, pomidora i z ziarnem słonecznika | 100 |
| Sos pomidorowy | 30 |
| Kompot wieloowocowy bez cukru | 300 |
| **PODWIECZOREK** | |
| Bułka maślana | 50 |
| **KOLACJA** | |
| Chleb pszenny | 100 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 |
| Masło śmietankowe | 15 |
| Szynkówka wieprzowa | 50 |
| Serek twarogowy ziarnisty | 100 |
| Cytryna | 0 |
| Pomidor bez skórki | 100 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |

| DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3) | Ilość g/ml | ALERGENY |
|---|---|---|
| Kluski lane na mleku | 180 | 1,7 |
| Chleb pszenny | 130 | 1 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | 1,11 |
| Masło śmietankowe | 0 | 7 |
| Ser twarogowy chudy | 100 | 7 |
| Kiełbasa szynkowa | 0 | 7,8,9,10 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 | |
| Cytryna | 0 | |
| Pomidor bez skórki | 100 | |
| Papryka czerwona | 0 | |
| Sałata | 15 | |
| **II ŚNIADANIE** | | |
| Jogurt naturalny 2% tłuszczu | 150 | 7 |
| Jabłko pieczone | 100 | |
| **OBIAD** | | |
| Barszcz biały vege | 300 | 1,7,9 |
| Filet z piersi kurczaka duszony | 100 | 1,3, 6 |
| Ziemniaki późne | 200 | |
| Surówka z kapusty pekińskiej, jabłek, pomidora i z ziarnem słonecznika | 100 | 12 |
| Sos pomidorowy | 30 | |
| Kompot wieloowocowy bez cukru | 300 | |
| **PODWIECZOREK** | | |
| Bułka maślana | 0 | 1,7 |
| **KOLACJA** | | |
| Chleb pszenny | 130 | 1 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | 1,11 |
| Masło śmietankowe | 0 | 7 |
| Szynkówka wieprzowa | 50 | 7,8,9,10 |
| Serek twarogowy ziarnisty | 50 | 7 |
| Cytryna | 0 | |
| Pomidor bez skórki | 100 | |
| Herbata, napar bez cukru | 250 | |

**WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW**

| | Ś | II | O | K | RAZEM |
|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 2 633,00 | 770,50 | 2 378,40 | 2 277,20 | **8 059,10** |
| *Energia kcal* | 625,50 | 183,00 | 578,90 | 541,40 | **1 928,80** |
| *Tłuszcz* | 15,19 | 4,60 | 8,16 | 19,04 | **46,98** |
| *Kw. nasycone* | 9,30 | 2,69 | 1,90 | 9,21 | **23,09** |
| *Węglowodany* | 87,46 | 30,10 | 93,38 | 72,69 | **283,62** |
| *Cukry* | 16,72 | 19,70 | 14,19 | 8,11 | **58,71** |
| *Białko* | 33,45 | 6,75 | 38,03 | 22,64 | **100,87** |
| *Sól* | 2,63 | 0,01 | 1,21 | 3,29 | **7,14** |
| *Błonnik* | 8,53 | 1,60 | 19,25 | 7,95 | **37,33** |

| | Ś | II | O | K | RAZEM |
|---|---|---|---|---|---|
| | 2 209,00 | 770,50 | 2 378,40 | 2 421,20 | **7 779,10** |
| | 523,30 | 183,00 | 578,90 | 574,30 | **1 859,50** |
| | 12,03 | 4,60 | 8,16 | 21,43 | **46,21** |
| | 6,22 | 2,69 | 1,90 | 10,55 | **21,35** |
| | 65,98 | 30,10 | 93,38 | 63,70 | **253,15** |
| | 13,23 | 19,70 | 14,19 | 12,43 | **59,54** |
| | 34,17 | 6,75 | 38,03 | 28,07 | **107,02** |
| | 2,48 | 0,01 | 1,21 | 3,61 | **7,30** |
| | 9,63 | 1,60 | 19,25 | 9,23 | **39,71** |

| | Ś | II | O | K | RAZEM |
|---|---|---|---|---|---|
| | 2 648,95 | 770,50 | 2 092,80 | 2 574,10 | **8 036,35** |
| | 630,30 | 183,00 | 510,90 | 601,10 | **1 925,30** |
| | 14,90 | 4,60 | 8,08 | 21,02 | **48,60** |
| | 9,25 | 2,69 | 1,89 | 10,47 | **24,29** |
| | 92,57 | 30,10 | 76,98 | 80,51 | **280,16** |
| | 13,80 | 19,70 | 12,99 | 7,71 | **54,20** |
| | 33,87 | 6,75 | 36,51 | 29,20 | **106,33** |
| | 2,64 | 0,01 | 1,19 | 3,60 | **7,44** |
| | 7,44 | 1,60 | 17,97 | 1,20 | **28,21** |

| | Ś | II | O | P | P | K | RAZEM |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 2 648,95 | 770,50 | 1 787,40 | 683,00 | 683,00 | 2 349,05 | **8 921,90** |
| | 628,15 | 183,00 | 578,90 | 163,00 | 163,00 | 559,35 | **2 275,40** |
| | 18,36 | 4,60 | 8,16 | 2,95 | 2,95 | 24,28 | **61,29** |
| | 11,81 | 2,69 | 1,90 | 0,81 | 0,81 | 12,92 | **30,93** |
| | 77,22 | 30,10 | 93,38 | 30,90 | 30,90 | 63,77 | **326,27** |
| | 14,95 | 19,70 | 14,19 | 4,75 | 4,75 | 7,47 | **65,81** |
| | 39,81 | 6,75 | 38,03 | 3,85 | 3,85 | 26,97 | **119,25** |
| | 2,35 | 0,01 | 1,21 | 198,00 | 198,00 | 3,53 | **403,10** |
| | 6,09 | 1,60 | 19,25 | 0,81 | 0,81 | 8,10 | **36,65** |

| | Ś | II | O | K | RAZEM |
|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 2 370,45 | 770,50 | 1 787,40 | 2 036,40 | **6964,75** |
| *Energia kcal* | 564,00 | 183,00 | 578,90 | 484,70 | **1810,6** |
| *Tłuszcz* | 6,15 | 4,60 | 8,16 | 11,52 | **30,43** |
| *Kw. nasycone* | 3,77 | 2,69 | 1,90 | 4,15 | **12,50** |
| *Węglowodany* | 92,14 | 30,10 | 93,38 | 78,75 | **294,37** |
| *Cukry* | 14,89 | 19,70 | 14,19 | 5,95 | **54,73** |
| *Białko* | 36,48 | 6,75 | 38,03 | 22,69 | **103,95** |
| *Sól* | 1,86 | 0,01 | 1,21 | 3,20 | **6,27** |
| *Błonnik* | 7,44 | 1,60 | 19,25 | 7,05 | **35,34** |

**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

akcept. 14.08.2024r.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o

*JADŁOSPIS DEKADOWY 27.08.2024*

*7 dzień wtorek*

**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 |
| Parówki z kurczaka na gorąco | 60 |
| Szynkówka wieprzowa | 40 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 5 |
| Pomidor | 100 |
| Ogórek | 50 |
| Sałata | 35 |
| **II ŚNIADANIE** | |
| Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu | 150 |
| Nektarynka | 100 |
| **OBIAD** | |
| Krupnik z kaszy jęczmiennej 1 | 300 |
| Klopsiki mielone z mięsa mieszanego | 80 |
| Ziemniaki wczesne | 200 |
| Kapusta kwaszona | 100 |
| Kompot wieloowocowy bez cukru | 300 |
| **PODWIECZOREK** | |
| Banan | 0 |
| **KOLACJA** | |
| Chleb pszenny | 80 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 50 |
| Masło śmietankowe | 10 |
| Polędwica z indyka | 40 |
| Sałatka z makaronem pełnoziarnistym tuńczykiem i ogórkiem kiszonym oraz pomidorem | 80 |
| Cytryna | 5 |
| Pomidor | 100 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |

| *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 |
| Parówki z kurczaka na gorąco | 60 |
| Szynkówka wieprzowa | 40 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 5 |
| Pomidor | 100 |
| Ogórek | 50 |
| Sałata | 35 |
| **II ŚNIADANIE** | |
| Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu | 150 |
| Nektarynka | 100 |
| **OBIAD** | |
| Krupnik z kaszy jęczmiennej 1 | 300 |
| Klopsiki mielone z mięsa mieszanego | 80 |
| Ziemniaki wczesne | 200 |
| Kapusta kwaszona | 100 |
| Kompot wieloowocowy bez cukru | 300 |
| **PODWIECZOREK** | |
| Banan | 0 |
| **KOLACJA** | |
| Chleb pszenny | 0 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 130 |
| Masło śmietankowe | 10 |
| Polędwica z indyka | 40 |
| Sałatka z makaronem pełnoziarnistym tuńczykiem i ogórkiem kiszonym oraz pomidorem | 80 |
| Cytryna | 5 |
| Pomidor | 100 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |

| *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 |
| Parówki z kurczaka na gorąco | 60 |
| Szynkówka wieprzowa | 40 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 0 |
| Pomidor bez skórki | 100 |
| Ogórek | 0 |
| Sałata | 35 |
| **II ŚNIADANIE** | |
| Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu | 150 |
| Nektarynka | 100 |
| **OBIAD** | |
| Krupnik z kaszy jęczmiennej 1 | 300 |
| Klopsiki mielone z mięsa mieszanego | 80 |
| Ziemniaki wczesne | 120 |
| Sałata zielona z oliwą | 100 |
| Kompot wieloowocowy bez cukru | 300 |
| **PODWIECZOREK** | |
| Banan | 0 |
| **KOLACJA** | |
| Chleb pszenny | 130 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 |
| Masło śmietankowe | 10 |
| Polędwica z indyka | 50 |
| Sałatka z makaronem jasnym tuńczykiem i ogórkiem kiszonym oraz pomidorem | 80 |
| Cytryna | 0 |
| Pomidor bez skórki | 100 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |

| *DIETA BOGATOBIAŁKOWA ( 9)* | *Ilość g/ml* |
|---|---|
| Płatki owsiane | 30 |
| Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 0 |
| Chleb pszenny | 100 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 |
| Masło śmietankowe | 15 |
| Parówki z kurczaka na gorąco | 100 |
| Szynkówka wieprzowa | 40 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 0 |
| Pomidor bez skórki | 100 |
| Ogórek | 0 |
| Sałata | 35 |
| **II ŚNIADANIE** | |
| Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu | 150 |
| Nektarynka | 100 |
| **OBIAD** | |
| Krupnik z kaszy jęczmiennej 1 | 300 |
| Klopsiki mielone z mięsa mieszanego | 120 |
| Ziemniaki wczesne | 200 |
| Sałata zielona z oliwą | 100 |
| Kompot wieloowocowy bez cukru | 300 |
| **PODWIECZOREK** | |
| Banan | 100 |
| **KOLACJA** | |
| Chleb pszenny | 100 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 |
| Masło śmietankowe | 15 |
| Polędwica z indyka | 40 |
| Sałatka z makaronem jasnym tuńczykiem i ogórkiem kiszonym oraz pomidorem | 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 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 |
| Parówki z kurczaka na gorąco | 0 | 7 |
| Serek twarogowy ziarnisty | 100 | 7,8,9,10 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 | |
| Cytryna | 0 | |
| Pomidor bez skórki | 100 | |
| Ogórek | 0 | |
| Sałata | 35 | |
| **II ŚNIADANIE** | | |
| Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu | 150 | 7 |
| Nektarynka | 100 | |
| **OBIAD** | | |
| Krupnik z kaszy jęczmiennej 1 | 300 | 1,7,9 |
| Klopsiki mielone z mięsa mieszanego | 80 | 1,3, 6 |
| Ziemniaki wczesne | 200 | |
| Sałata zielona z oliwą | 100 | 12 |
| Kompot wieloowocowy bez cukru | 300 | |
| **PODWIECZOREK** | | |
| Banan | 0 | 1,7 |
| **KOLACJA** | | |
| Chleb pszenny | 130 | 1 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | 1,11 |
| Masło śmietankowe | 0 | 7 |
| Polędwica z indyka | 40 | 7,8,9,10 |
| Sałatka z makaronem jasnym tuńczykiem i ogórkiem kiszonym oraz pomidorem | 80 | 7 |
| Cytryna | 0 | |
| Pomidor bez skórki | 100 | |
| Herbata, napar bez cukru | 250 | |

**WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW**

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 3 438,45 | 437,00 | 2 356,80 | 2 474,90 | **8 707,15** |
| *Energia kcal* | 818,90 | 104,50 | 561,20 | 588,60 | **2 073,20** |
| *Tłuszcz* | 33,39 | 0,95 | 13,22 | 18,69 | **66,25** |
| *Kw. nasycone* | 13,72 | 0,51 | 4,30 | 7,10 | **25,63** |
| *Węglowodany* | 104,17 | 18,85 | 85,41 | 85,97 | **294,40** |
| *Cukry* | 16,12 | 17,65 | 12,86 | 7,36 | **53,99** |
| *Białko* | 31,12 | 6,00 | 27,80 | 21,61 | **86,53** |
| *Sól* | 3,71 | 0,23 | 1,08 | 3,15 | **8,18** |
| *Błonnik* | 10,82 | 1,20 | 15,68 | 14,02 | **41,72** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| | 2 614,45 | 437,00 | 2 356,80 | 2 406,90 | **7 815,15** |
| | 621,00 | 104,50 | 561,20 | 571,00 | **1 857,70** |
| | 29,22 | 0,95 | 13,22 | 18,93 | **62,32** |
| | 11,92 | 0,51 | 4,30 | 7,15 | **23,89** |
| | 65,24 | 18,85 | 85,41 | 75,33 | **244,83** |
| | 10,72 | 17,65 | 12,86 | 10,03 | **51,26** |
| | 21,73 | 6,00 | 27,80 | 20,89 | **76,42** |
| | 3,54 | 0,23 | 1,08 | 3,16 | **8,01** |
| | 10,03 | 1,20 | 15,68 | 15,30 | **42,21** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| | 3 445,35 | 437,00 | 2 542,60 | 2 553,90 | **8 978,85** |
| | 821,60 | 104,50 | 606,00 | 608,30 | **2 140,40** |
| | 33,17 | 0,95 | 24,54 | 18,98 | **77,65** |
| | 13,67 | 0,51 | 5,47 | 7,20 | **26,85** |
| | 108,90 | 18,85 | 71,07 | 92,15 | **290,97** |
| | 12,93 | 17,65 | 11,94 | 5,32 | **47,84** |
| | 31,18 | 6,00 | 26,26 | 23,60 | **87,04** |
| | 3,70 | 0,23 | 0,43 | 3,34 | **7,69** |
| | 9,67 | 1,20 | 13,54 | 7,27 | **31,68** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| | 3 445,35 | 437,00 | 2 499,20 | 2 492,95 | **8 874,50** |
| | 812,95 | 267,50 | 736,80 | 593,85 | **2 411,10** |
| | 43,14 | 3,90 | 29,54 | 23,61 | **100,18** |
| | 17,67 | 0,51 | 7,33 | 9,83 | **35,34** |
| | 86,33 | 49,75 | 84,21 | 79,30 | **299,59** |
| | 5,22 | 22,40 | 12,74 | 5,46 | **45,82** |
| | 28,42 | 9,85 | 33,10 | 21,19 | **92,55** |
| | 3,75 | 0,72 | 0,55 | 3,27 | **8,30** |
| | 8,36 | 2,20 | 14,82 | 8,10 | **33,48** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 2 624,85 | 437,00 | 2 182,80 | 2 234,10 | **7478,75** |
| *Energia kcal* | 624,90 | 104,50 | 661,20 | 531,90 | **1922,5** |
| *Tłuszcz* | 10,80 | 0,95 | 24,62 | 11,17 | **47,55** |
| *Kw. nasycone* | 4,71 | 0,51 | 5,47 | 2,04 | **12,73** |
| *Węglowodany* | 104,69 | 18,85 | 84,11 | 92,03 | **299,68** |
| *Cukry* | 15,50 | 17,65 | 12,66 | 5,20 | **51,01** |
| *Białko* | 31,45 | 6,00 | 27,70 | 21,66 | **86,81** |
| *Sól* | 2,37 | 0,23 | 0,44 | 3,06 | **6,10** |
| *Błonnik* | 9,61 | 1,20 | 14,58 | 13,12 | **38,51** |

**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 Pc

akcept. 14.08.2024r.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 28.08.2024

8 dzień środa

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 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 | 40 | 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 |
| Jabłko | 100 | Jabłko | 100 | Banan | 100 | Banan | 100 | Banan | 100 | |
| **OBIAD** | | **OBIAD** | | **OBIAD** | | **OBIAD** | | **OBIAD** | | |
| Zupa koperkowa | 300 | Zupa koperkowa | 300 | Zupa koperkowa | 300 | Zupa koperkowa | 300 | Zupa koperkowa | 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 |
| Ryż pełnoziarnisty ugotowany | 150 | Ryż pełnoziarnisty ugotowany | 150 | Ryż biały gotowany | 150 | Ryż biały gotowany | 150 | Ryż biały gotowany | 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 |
| Serek twarogowy ziarnisty | 80 | Serek twarogowy ziarnisty | 80 | Serek twarogowy ziarnisty | 80 | Serek twarogowy ziarnisty | 80 | Serek twarogowy ziarnisty | 80 | 3,7,9 |
| 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 | 709,00 | 2 366,40 | 3 826,10 | **9 980,40** |
| *Energia kcal* | 730,10 | 169,00 | 578,70 | 912,20 | **2 390,00** |
| *Tłuszcz* | 24,68 | 3,25 | 11,84 | 47,42 | **87,18** |
| *Kw. nasycone* | 14,78 | 1,75 | 7,70 | 20,29 | **44,52** |
| *Węglowodany* | 103,79 | 30,25 | 78,12 | 79,58 | **291,73** |
| *Cukry* | 20,00 | 16,85 | 4,80 | 12,20 | **53,84** |
| *Białko* | 22,26 | 6,40 | 38,64 | 46,01 | **113,31** |
| *Sól* | 2,10 | 0,23 | 2,10 | 5,42 | **9,84** |
| *Błonnik* | 10,16 | 2,00 | 21,51 | 8,87 | **42,54** |

| | Ś | II | O | K | RAZEM |
|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 2 351,20 | 709,00 | 2 366,40 | 3 758,10 | **9 184,70** |
| *Energia kcal* | 555,40 | 169,00 | 578,70 | 894,60 | **2 197,70** |
| *Tłuszcz* | 22,26 | 3,25 | 11,84 | 47,66 | **85,00** |
| *Kw. nasycone* | 13,33 | 1,75 | 7,70 | 20,33 | **43,11** |
| *Węglowodany* | 64,53 | 30,25 | 78,12 | 68,94 | **241,83** |
| *Cukry* | 11,31 | 16,85 | 4,80 | 14,87 | **47,83** |
| *Białko* | 13,45 | 6,40 | 38,64 | 45,29 | **103,78** |
| *Sól* | 1,93 | 0,23 | 2,10 | 5,43 | **9,68** |
| *Błonnik* | 10,48 | 2,00 | 21,51 | 10,15 | **44,14** |

| | Ś | II | O | K | RAZEM |
|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 2 873,75 | 915,00 | 2 127,90 | 3 376,20 | **9 292,85** |
| *Energia kcal* | 684,70 | 218,00 | 521,70 | 805,00 | **2 229,40** |
| *Tłuszcz* | 15,83 | 3,15 | 10,49 | 36,37 | **65,84** |
| *Kw. nasycone* | 8,63 | 1,83 | 7,63 | 15,61 | **33,70** |
| *Węglowodany* | 109,08 | 41,65 | 59,82 | 81,63 | **292,18** |
| *Cukry* | 17,93 | 26,55 | 4,50 | 7,75 | **56,73** |
| *Białko* | 28,51 | 7,00 | 35,64 | 44,82 | **115,97** |
| *Sól* | 1,83 | 0,22 | 2,09 | 5,40 | **9,54** |
| *Błonnik* | 8,50 | 1,70 | 9,51 | 1,20 | **20,91** |

| | Ś | II | O | P | K | RAZEM |
|---|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 2 873,75 | 915,00 | 2 127,90 | 271,50 | 3 201,15 | **9 389,30** |
| *Energia kcal* | 732,95 | 300,00 | 521,70 | 64,50 | 879,65 | **2 499,80** |
| *Tłuszcz* | 22,19 | 5,05 | 10,49 | 0,15 | 50,51 | **88,38** |
| *Kw. nasycone* | 12,97 | 2,97 | 7,63 | 0,02 | 22,71 | **46,29** |
| *Węglowodany* | 96,68 | 53,75 | 59,82 | 10,95 | 69,01 | **296,21** |
| *Cukry* | 22,03 | 31,25 | 4,50 | 14,85 | 9,91 | **82,54** |
| *Białko* | 37,58 | 11,00 | 35,64 | 0,60 | 44,19 | **129,00** |
| *Sól* | 1,61 | 0,37 | 2,09 | 43,50 | 5,34 | **52,90** |
| *Błonnik* | 7,15 | 1,70 | 9,51 | 0,02 | 10,70 | **29,08** |

| | Ś | II | O | K | RAZEM |
|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 2 653,55 | 915,00 | 2 215,90 | 2 905,90 | **8690,35** |
| *Energia kcal* | 632,10 | 218,00 | 538,30 | 692,50 | **2080,9** |
| *Tłuszcz* | 8,95 | 3,15 | 9,17 | 25,36 | **46,63** |
| *Kw. nasycone* | 3,89 | 1,83 | 7,30 | 9,30 | **22,32** |
| *Węglowodany* | 108,32 | 41,65 | 71,07 | 81,32 | **302,36** |
| *Cukry* | 18,19 | 26,55 | 4,50 | 7,44 | **56,68** |
| *Białko* | 30,27 | 7,00 | 27,79 | 41,18 | **106,24** |
| *Sól* | 1,82 | 0,22 | 1,91 | 4,90 | **8,84** |
| *Błonnik* | 8,50 | 1,70 | 9,86 | 7,05 | **27,11** |

**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. łubin, 14. mięczaki

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby sporządzającej

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby

akcept. 14.08.2024 r.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

*JADŁOSPIS DEKADOWY 29.08.2024*

*9 dzień czwartek*

**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 |
| Jajecznica na parze | 120 |
| Kiełbasa szynkowa | 60 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 5 |
| Pomidor | 100 |
| Papryka czerwona | 50 |
| Sałata | 0 |
| **II ŚNIADANIE** | |
| Serek twarogowy homogenizowany naturalny | 150 |
| Banan | 100 |
| **OBIAD** | |
| Barszcz ukraiński | 300 |
| Kurczak gotowany w jarzynach | 120 |
| Ziemniaki późne | 200 |
| Marchewka z jabłkiem z oliwą | 150 |
| Kompot z jabłek bez cukru | 300 |
| **PODWIECZOREK** | |
| Mandarynki | 0 |
| **KOLACJA** | |
| Chleb pszenny | 80 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 50 |
| Masło śmietankowe | 10 |
| Sardynka w pomidorach | 50 |
| Ser twarogowy chudy | 50 |
| Cytryna | 5 |
| Pomidor | 50 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |

| *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 |
| Jajecznica na parze | 120 |
| Kiełbasa szynkowa | 60 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 5 |
| Pomidor | 100 |
| Papryka czerwona | 50 |
| Sałata | 0 |
| **II ŚNIADANIE** | |
| Serek twarogowy homogenizowany naturalny | 150 |
| Banan | 100 |
| **OBIAD** | |
| Barszcz ukraiński | 300 |
| Kurczak gotowany w jarzynach | 120 |
| Ziemniaki późne | 200 |
| Marchewka z jabłkiem z oliwą | 150 |
| Kompot z jabłek bez cukru | 300 |
| **PODWIECZOREK** | |
| Mandarynki | 0 |
| **KOLACJA** | |
| Chleb pszenny | 0 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 130 |
| Masło śmietankowe | 10 |
| Sardynka w pomidorach | 50 |
| Ser twarogowy chudy | 100 |
| Cytryna | 5 |
| Pomidor | 50 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |

| *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 |
| Jajecznica na parze | 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 | 100 |
| **OBIAD** | |
| Barszcz czerwony | 300 |
| Kurczak gotowany w jarzynach | 120 |
| Ziemniaki późne | 200 |
| Marchewka z jabłkiem z oliwą | 150 |
| Kompot z jabłek bez cukru | 300 |
| **PODWIECZOREK** | |
| Mandarynki | 0 |
| **KOLACJA** | |
| Chleb pszenny | 130 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 |
| Masło śmietankowe | 10 |
| Sardynka w pomidorach | 50 |
| Ser twarogowy chudy | 100 |
| Cytryna | 0 |
| Pomidor bez skórki | 50 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |

| *DIETA BOGATOBIAŁKOWA ( 9)* | *Ilość g/ml* |
|---|---|
| Płatki owsiane | 30 |
| Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 200 |
| Chleb pszenny | 130 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 |
| Masło śmietankowe | 15 |
| Jajecznica na parze | 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 | 100 |
| **OBIAD** | |
| Barszcz czerwony | 300 |
| Kurczak gotowany w jarzynach | 120 |
| Ziemniaki późne | 200 |
| Marchewka z jabłkiem z oliwą | 150 |
| Kompot z jabłek bez cukru | 300 |
| **PODWIECZOREK** | |
| Mandarynki | 70 |
| **KOLACJA** | |
| Chleb pszenny | 130 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 |
| Masło śmietankowe | 15 |
| Sardynka w pomidorach | 50 |
| Ser twarogowy chudy | 100 |
| Cytryna | 0 |
| Pomidor bez skórki | 50 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |

| *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 |
| Jajecznica na parze | 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 | 100 | |
| **OBIAD** | | |
| Barszcz czerwony | 300 | 1,3,7,9,10 |
| Kurczak gotowany w jarzynach | 120 | 1, 6 |
| Ziemniaki późne | 200 | |
| Marchewka z jabłkiem z oliwą | 150 | 7 |
| Kompot z jabłek bez cukru | 300 | |
| **PODWIECZOREK** | | |
| Mandarynki | 0 | |
| **KOLACJA** | | |
| Chleb pszenny | 130 | 1,11 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | 1,9 |
| Masło śmietankowe | 0 | 2 |
| Sardynka w pomidorach | 50 | 7,8,9,10 |
| Ser twarogowy chudy | 100 | 7 |
| Cytryna | 0 | |
| Pomidor bez skórki | 50 | |
| Herbata, napar bez cukru | 250 | |

**WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW**

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 3 330,80 | 1 093,50 | 2 947,50 | 2 179,70 | **9 551,50** |
| *Energia kcal* | 792,50 | 261,50 | 702,80 | 518,40 | **2 275,20** |
| *Tłuszcz* | 27,04 | 11,55 | 17,78 | 14,64 | **71,00** |
| *Kw. nasycone* | 11,30 | 7,47 | 3,06 | 6,87 | **28,71** |
| *Węglowodany* | 104,45 | 27,70 | 125,12 | 70,99 | **328,25** |
| *Cukry* | 16,98 | 23,70 | 23,84 | 7,01 | **71,52** |
| *Białko* | 38,57 | 13,00 | 20,27 | 27,64 | **99,48** |
| *Sól* | 3,30 | 0,15 | 0,63 | 2,06 | **6,14** |
| *Błonnik* | 11,02 | 1,70 | 16,19 | 7,40 | **36,31** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 2 506,80 | 1 093,50 | 2 947,50 | 2 319,20 | **8 867,00** |
| *Energia kcal* | 594,60 | 261,50 | 702,80 | 550,30 | **2 109,20** |
| *Tłuszcz* | 22,87 | 11,55 | 17,78 | 15,13 | **67,32** |
| *Kw. nasycone* | 9,49 | 7,47 | 3,06 | 7,06 | **27,08** |
| *Węglowodany* | 65,52 | 27,70 | 125,12 | 62,10 | **280,43** |
| *Cukry* | 11,58 | 23,70 | 23,84 | 11,43 | **70,54** |
| *Białko* | 29,18 | 13,00 | 20,27 | 36,82 | **99,27** |
| *Sól* | 3,12 | 0,15 | 0,63 | 2,12 | **6,02** |
| *Błonnik* | 10,23 | 1,70 | 16,19 | 8,68 | **36,80** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 3 027,95 | 1 093,50 | 2 902,50 | 2 422,10 | **9 446,05** |
| *Energia kcal* | 721,20 | 261,50 | 690,80 | 577,10 | **2 250,60** |
| *Tłuszcz* | 21,47 | 11,55 | 20,18 | 14,72 | **67,92** |
| *Kw. nasycone* | 9,61 | 7,47 | 4,23 | 6,98 | **28,30** |
| *Węglowodany* | 108,04 | 27,70 | 114,32 | 78,91 | **328,97** |
| *Cukry* | 12,91 | 23,70 | 19,64 | 6,71 | **62,95** |
| *Białko* | 32,94 | 13,00 | 20,57 | 37,95 | **104,46** |
| *Sól* | 3,13 | 0,15 | 0,47 | 2,11 | **5,86** |
| *Błonnik* | 9,61 | 1,70 | 13,49 | 0,65 | **25,45** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *P* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 3 027,95 | 1 093,50 | 2 257,50 | 123,20 | 2 559,95 | **9 062,10** |
| *Energia kcal* | 777,65 | 261,50 | 690,80 | 29,40 | 610,05 | **2 369,40** |
| *Tłuszcz* | 25,90 | 11,55 | 20,18 | 0,14 | 18,80 | **76,16** |
| *Kw. nasycone* | 12,61 | 7,47 | 4,23 | 0,01 | 9,49 | **33,82** |
| *Węglowodany* | 110,59 | 27,70 | 114,32 | 7,84 | 78,97 | **339,42** |
| *Cukry* | 15,46 | 23,70 | 19,64 | 6,51 | 6,77 | **72,07** |
| *Białko* | 34,70 | 13,00 | 20,57 | 0,42 | 37,76 | **106,44** |
| *Sól* | 3,19 | 0,15 | 0,47 | 0,70 | 2,05 | **6,56** |
| *Błonnik* | 9,61 | 1,70 | 13,49 | 0,01 | 9,95 | **34,76** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 2 752,25 | 1 093,50 | 2 257,50 | 2 146,40 | **8249,65** |
| *Energia kcal* | 655,30 | 261,50 | 690,80 | 511,20 | **2118,8** |
| *Tłuszcz* | 14,12 | 11,55 | 20,18 | 7,37 | **53,22** |
| *Kw. nasycone* | 4,59 | 7,47 | 4,23 | 1,95 | **18,24** |
| *Węglowodany* | 106,91 | 27,70 | 114,32 | 78,80 | **327,73** |
| *Cukry* | 12,80 | 23,70 | 19,64 | 6,60 | **62,73** |
| *Białko* | 32,83 | 13,00 | 20,57 | 37,59 | **103,99** |
| *Sól* | 3,11 | 0,15 | 0,47 | 2,03 | **5,75** |
| *Błonnik* | 9,61 | 1,70 | 13,49 | 6,50 | **31,30** |

**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

odcept. 14.08.2024.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o

*JADŁOSPIS DEKADOWY 30.08.2024*

*10 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 |
| Jaja gotowane | 120 | Jaja gotowane | 120 | Jaja gotowane | 120 | Jaja gotowane | 120 | Jaja gotowane | 60 | 3 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | Herbata, napar bez cukru | 250 | |
| Cytryna | 5 | Cytryna | 5 | Cytryna | 0 | Cytryna | 0 | Cytryna | 0 | |
| Pomidor | 100 | Pomidor | 100 | Pomidor bez skórki | 100 | Pomidor bez skórki | 100 | Pomidor bez skórki | 100 | |
| Papryka czerwona | 50 | Papryka czerwona | 50 | Papryka czerwona | 0 | Papryka czerwona | 0 | Papryka czerwona | 0 | |
| 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 |
| Mięsna w sosie pomidorowym z warzywami | 120 | Mięsna w sosie pomidorowym z warzywami | 120 | Mięsna w sosie pomidorowym z warzywami | 120 | Mięsna w sosie pomidorowym z warzywami | 120 | Mięsna 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* | *H* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| ***Energia kJ*** | 3 353,50 | 572,50 | 2 621,10 | 2 109,70 | **8 656,80** |
| ***Energia kcal*** | 797,90 | 136,00 | 624,70 | 501,50 | **2 060,10** |
| ***Tłuszcz*** | 22,06 | 3,40 | 9,31 | 10,76 | **45,52** |
| ***Kw. nasycone*** | 9,83 | 1,83 | 4,34 | 5,84 | **21,83** |
| ***Węglowodany*** | 116,63 | 21,40 | 107,29 | 72,06 | **317,37** |
| ***Cukry*** | 27,21 | 15,80 | 21,63 | 7,73 | **72,36** |
| ***Białko*** | 38,12 | 6,85 | 34,39 | 25,40 | **104,76** |
| ***Sól*** | 2,80 | 0,01 | 1,87 | 1,67 | **6,34** |
| ***Błonnik*** | 10,54 | 2,00 | 16,60 | 7,35 | **36,49** |

| | *Ś* | *H* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| | 2 437,80 | 572,50 | 2 621,10 | 2 041,70 | **7 673,10** |
| | 578,40 | 136,00 | 624,70 | 483,90 | **1 823,00** |
| | 19,87 | 3,40 | 9,31 | 11,00 | **43,57** |
| | 8,39 | 1,83 | 4,34 | 5,88 | **20,44** |
| | 63,60 | 21,40 | 107,29 | 61,42 | **253,70** |
| | 11,28 | 15,80 | 21,63 | 10,40 | **59,10** |
| | 33,62 | 6,85 | 34,39 | 24,68 | **99,54** |
| | 2,98 | 0,01 | 1,87 | 1,67 | **6,53** |
| | 10,23 | 2,00 | 16,60 | 8,63 | **37,46** |

| | *Ś* | *H* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| | 3 337,45 | 770,50 | 2 591,50 | 2 144,60 | **8 844,05** |
| | 795,20 | 183,00 | 617,70 | 510,70 | **2 106,60** |
| | 21,67 | 4,60 | 9,19 | 10,59 | **46,05** |
| | 9,76 | 2,69 | 4,29 | 5,80 | **22,53** |
| | 119,94 | 30,10 | 105,89 | 78,23 | **334,16** |
| | 23,14 | 19,70 | 20,51 | 5,68 | **69,03** |
| | 18,09 | 6,75 | 34,05 | 25,81 | **104,70** |
| | 2,79 | 0,01 | 1,87 | 1,67 | **6,33** |
| | 8,85 | 1,60 | 16,34 | 0,60 | **27,39** |

| | *Ś* | *H* | *O* | *P* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 3 337,45 | 770,50 | 2 030,10 | 293,00 | 1 914,70 | **8 345,75** |
| | 650,00 | 183,00 | 624,70 | 70,00 | 455,80 | **1 983,50** |
| | 19,00 | 4,60 | 9,31 | 1,80 | 10,27 | **44,98** |
| | 8,26 | 2,69 | 4,34 | 1,10 | 5,80 | **22,19** |
| | 95,64 | 30,10 | 107,29 | 9,90 | 62,13 | **305,06** |
| | 15,34 | 19,70 | 21,63 | 4,60 | 6,08 | **67,35** |
| | 30,95 | 6,75 | 34,39 | 3,20 | 27,48 | **102,77** |
| | 2,28 | 0,01 | 1,87 | 42,00 | 1,60 | **47,76** |
| | 7,50 | 1,60 | 16,60 | 1,10 | 8,10 | **34,90** |

| | *Ś* | *H* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| ***Energia kJ*** | 2 788,15 | 770,50 | 2 030,10 | 1 868,90 | **7457,65** |
| ***Energia kcal*** | 663,90 | 183,00 | 624,70 | 444,80 | **1916,4** |
| ***Tłuszcz*** | 9,76 | 4,60 | 9,31 | 3,24 | **26,91** |
| ***Kw. nasycone*** | 3,32 | 2,69 | 4,34 | 0,78 | **11,12** |
| ***Węglowodany*** | 118,79 | 30,10 | 107,29 | 78,12 | **334,30** |
| ***Cukry*** | 22,73 | 19,70 | 21,63 | 5,57 | **69,63** |
| ***Białko*** | 32,10 | 6,75 | 34,39 | 25,45 | **98,69** |
| ***Sól*** | 2,61 | 0,01 | 1,87 | 1,58 | **6,06** |
| ***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

dnept. 14.08.2024.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

*JADŁOSPIS DEKADOWY 31.08.2024*

*11 dzień sobota*

**ŚNIADANIE**

| *DIETA PODSTAWOWA ( 1)* | *Ilość g/ml* |
|---|---|
| Kasza kukurydziana | 30 |
| Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 150 |
| Chleb pszenny | 80 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 50 |
| Masło śmietankowe | 10 |
| Jaja gotowane | 60 |
| Szynka z indyka | 60 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 5 |
| Pomidor | 100 |
| Ogórek | 50 |
| **II ŚNIADANIE** | |
| Serek twarogowy homogenizowany naturalny | 150 |
| Gruszka | 80 |
| **OBIAD** | |
| Zupa pomidorowa z ryżem | 300 |
| Udko z kurczaka duszone | 120 |
| Ziemniaki wczesne | 200 |
| Sałata zielona ze śmietaną | 120 |
| Kompot wieloowocowy bez cukru | 300 |
| **PODWIECZOREK** | |
| Sok marchwiowo-jabłkowy | 0 |
| **KOLACJA** | |
| Chleb pszenny | 80 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 50 |
| Masło śmietankowe | 10 |
| Ser twarogowy chudy | 120 |
| Sałatka z dorszem i warzywami | 80 |
| Pomidor | 100 |
| Cytryna | 5 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |

| *DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)* | *Ilość g/ml* |
|---|---|
| Kasza kukurydziana | 0 |
| Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 0 |
| Chleb pszenny | 0 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 130 |
| Masło śmietankowe | 10 |
| Jaja gotowane | 120 |
| Szynka z indyka | 60 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 5 |
| Pomidor | 100 |
| Ogórek | 50 |
| **II ŚNIADANIE** | |
| Serek twarogowy homogenizowany n | 150 |
| Gruszka | 80 |
| **OBIAD** | |
| Zupa pomidorowa z ryżem | 300 |
| Udko z kurczaka duszone | 120 |
| Ziemniaki wczesne | 200 |
| Sałata zielona ze śmietaną | 120 |
| Kompot wieloowocowy bez cukru | 300 |
| **PODWIECZOREK** | |
| Sok marchwiowo-jabłkowy | 150 |
| **KOLACJA** | |
| Chleb pszenny | 0 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 130 |
| Masło śmietankowe | 10 |
| Ser twarogowy chudy | 100 |
| Sałatka z dorszem i warzywami | 80 |
| Pomidor | 100 |
| Cytryna | 5 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |

| *DIETA ŁATWOSTRAWNA I DIETA PAPKOWATA (2) i (12)* | *Ilość g/ml* |
|---|---|
| Kasza kukurydziana | 30 |
| Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 150 |
| Chleb pszenny | 130 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 |
| Masło śmietankowe | 10 |
| Jaja gotowane | 120 |
| Szynka z indyka | 60 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 0 |
| Pomidor bez skórki | 100 |
| Sałata | 35 |
| **II ŚNIADANIE** | |
| Serek twarogowy homogenizowany nat | 150 |
| Jabłko pieczone | 80 |
| **OBIAD** | |
| Zupa pomidorowa z ryżem | 300 |
| Udko z kurczaka duszone | 120 |
| Ziemniaki wczesne | 200 |
| Sałata zielona ze śmietaną | 120 |
| Kompot wieloowocowy bez cukru | 300 |
| **PODWIECZOREK** | |
| Sok marchwiowo-jabłkowy | 0 |
| **KOLACJA** | |
| Chleb pszenny | 130 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 |
| Masło śmietankowe | 10 |
| Ser twarogowy chudy | 120 |
| Sałatka z dorszem i warzywami | 80 |
| Pomidor bez skórki | 100 |
| Cytryna | 0 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |

| *DIETA BOGATOBIAŁKOWA ( 9)* | *Ilość g/ml* |
|---|---|
| Kasza kukurydziana | 30 |
| Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu | 150 |
| Chleb pszenny | 130 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 |
| Masło śmietankowe | 15 |
| Jaja gotowane | 120 |
| Szynka z indyka | 60 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |
| Cytryna | 0 |
| Pomidor bez skórki | 100 |
| Sałata | 35 |
| **II ŚNIADANIE** | |
| Serek twarogowy homogenizowany naturalny | 150 |
| Jabłko pieczone | 80 |
| **OBIAD** | |
| Zupa pomidorowa z ryżem | 300 |
| Udko z kurczaka duszone | 120 |
| Ziemniaki wczesne | 200 |
| Sałata zielona ze śmietaną | 120 |
| Kompot wieloowocowy bez cukru | 300 |
| **PODWIECZOREK** | |
| Sok marchwiowo-jabłkowy | 150 |
| **KOLACJA** | |
| Chleb pszenny | 130 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 |
| Masło śmietankowe | 15 |
| Ser twarogowy chudy | 120 |
| Sałatka z dorszem i warzywami | 80 |
| Pomidor bez skórki | 100 |
| Cytryna | 0 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 |

| *DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)* | *Ilość g/ml* | *ALERGENY* |
|---|---|---|
| Kasza kukurydziana | 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 |
| Szynka z indyka | 60 | 7,8,9,10 |
| Herbata, napar bez cukru | 250 | |
| Cytryna | 0 | |
| Pomidor bez skórki | 100 | |
| Sałata | 35 | |
| **II ŚNIADANIE** | | |
| Serek twarogowy homogenizowany naturalny | 150 | |
| Jabłko pieczone | 80 | 2 |
| **OBIAD** | | |
| Zupa pomidorowa z ryżem | 300 | 7,9 |
| Udko z kurczaka duszone | 120 | 1,9 |
| Ziemniaki wczesne | 250 | 1 |
| Sałata zielona ze śmietaną | 120 | |
| Kompot wieloowocowy bez cukru | 300 | |
| **PODWIECZOREK** | | |
| Sok marchwiowo-jabłkowy | 0 | |
| **KOLACJA** | | |
| Chleb pszenny | 130 | 1 |
| Chleb żytni pełnoziarnisty | 0 | 1,11 |
| Masło śmietankowe | 0 | 7 |
| Ser twarogowy chudy | 100 | 7 |
| Sałatka z dorszem i warzywami | 80 | 4 |
| Pomidor bez skórki | 100 | |
| Cytryna | 0 | |
| Herbata, napar bez cukru | 250 | |

**WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW**

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 2 922,20 | 876,10 | 1 694,60 | 2 470,50 | **7 972,40** |
| *Energia kcal* | 693,50 | 209,70 | 405,00 | 591,00 | **1 899,20** |
| *Tłuszcz* | 17,72 | 11,41 | 10,76 | 11,21 | **51,09** |
| *Kw. nasycone* | 8,58 | 7,38 | 5,37 | 6,47 | **27,80** |
| *Węglowodany* | 102,42 | 15,72 | 50,58 | 80,30 | **249,01** |
| *Cukry* | 14,95 | 14,04 | 9,12 | 12,92 | **51,02** |
| *Białko* | 33,62 | 12,48 | 27,78 | 41,04 | **114,92** |
| *Sól* | 2,85 | 0,15 | 0,54 | 2,41 | **5,95** |
| *Błonnik* | 8,20 | 1,68 | 4,28 | 8,99 | **23,15** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| | 2 384,10 | 876,10 | 1 521,10 | 2 328,50 | **7 109,80** |
| | 565,50 | 209,70 | 474,00 | 553,60 | **1 802,80** |
| | 19,85 | 11,41 | 11,21 | 11,35 | **53,82** |
| | 8,53 | 7,38 | 5,41 | 6,46 | **27,78** |
| | 61,81 | 15,72 | 69,03 | 68,96 | **215,51** |
| | 10,24 | 14,04 | 23,97 | 14,89 | **63,13** |
| | 31,34 | 12,48 | 28,53 | 36,36 | **108,71** |
| | 2,85 | 0,15 | 0,65 | 2,39 | **6,04** |
| | 9,48 | 1,68 | 7,58 | 10,27 | **29,01** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| | 3 231,20 | 1 007,30 | 1 694,60 | 2 514,40 | **8 447,50** |
| | 768,60 | 240,90 | 405,00 | 600,20 | **2 014,70** |
| | 22,16 | 12,53 | 10,76 | 11,04 | **56,49** |
| | 9,97 | 8,07 | 5,37 | 6,44 | **29,84** |
| | 108,89 | 20,84 | 50,58 | 86,47 | **266,78** |
| | 12,80 | 15,16 | 9,12 | 10,87 | **47,95** |
| | 40,26 | 12,24 | 27,78 | 41,70 | **121,98** |
| | 3,01 | 0,15 | 0,54 | 2,48 | **6,17** |
| | 7,75 | 1,28 | 4,28 | 2,24 | **15,55** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *P* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 3 231,20 | 1 007,30 | 1 694,60 | 286,50 | 2 514,40 | **8 734,00** |
| | 799,85 | 240,90 | 474,00 | 69,00 | 633,15 | **2 216,90** |
| | 25,81 | 12,53 | 11,21 | 0,45 | 14,72 | **64,71** |
| | 12,47 | 7,35 | 5,41 | 0,05 | 8,95 | **34,23** |
| | 108,51 | 20,84 | 69,03 | 18,45 | 86,53 | **303,35** |
| | 12,63 | 15,16 | 23,97 | 14,85 | 10,93 | **77,54** |
| | 40,11 | 12,24 | 28,53 | 0,75 | 41,76 | **123,38** |
| | 3,01 | 0,15 | 0,65 | 45,00 | 2,48 | **51,29** |
| | 7,54 | 1,28 | 7,58 | 0,05 | 10,89 | **27,34** |

| | *Ś* | *II* | *O* | *K* | *RAZEM* |
|---|---|---|---|---|---|
| *Energia kJ* | 2 673,35 | 1 007,30 | 1 839,10 | 2 155,70 | **7675,45** |
| *Energia kcal* | 635,20 | 240,90 | 439,50 | 514,50 | **1830,1** |
| *Tłuszcz* | 10,22 | 12,53 | 10,81 | 3,59 | **37,15** |
| *Kw. nasycone* | 3,52 | 8,07 | 5,37 | 1,35 | **18,32** |
| *Węglowodany* | 107,99 | 20,84 | 58,73 | 85,66 | **273,21** |
| *Cukry* | 12,17 | 15,16 | 9,57 | 10,06 | **46,96** |
| *Białko* | 34,06 | 12,24 | 28,68 | 37,38 | **112,36** |
| *Sól* | 2,82 | 0,15 | 0,55 | 2,37 | **5,89** |
| *Błonnik* | 7,54 | 1,28 | 4,93 | 8,09 | **21,84** |

**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

sobota 14.08.2024r.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o