





JADŁOSPIS DEKADOWY 13.03.2026

3 dzień piątek

DIETA PODSTAWOWA (D01)		DIETA CIKURZYCOWA-DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)		DIETA LATWOŚTRAWNA, DIETA PĄPKOWATA I PRZETARTA (D02) i (D11, D10)		DIETA BOGATORIALKOWA (D07)		DIETA WĄTROBOWA-DIETA LATWOŚTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)		ALERGENY
SNIADANIE		SNIADANIE		SNIADANIE		SNIADANIE		SNIADANIE		
	Ilość g/ml		Ilość g/ml		Ilość g/ml		Ilość g/ml		Ilość g/ml	
Klaski lane na mleku	180	Klaski lane na mleku	0	Klaski lane na mleku	180	Klaski lane na mleku	180	Klaski lane na mleku	180	
Mleko spożywcze 2% tłuszczu	0	Mleko spożywcze 2% tłuszczu	0	Mleko spożywcze 2% tłuszczu	0	Mleko spożywcze 2% tłuszczu	0	Mleko spożywcze 2% tłuszczu	0	1,7
Chleb pszenny	60	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	0	7
Chleb żytni pełnoziarnisty	40	Chleb żytni pełnoziarnisty	90	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	90	Chleb żytni pełnoziarnisty	90	1
Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	0	Masło śmietankowe	0	1,11
Ser twarogowy chudy	50	Ser twarogowy chudy	50	Ser twarogowy chudy	60	Ser twarogowy chudy	15	Ser twarogowy chudy	80	7
Ser Ementaler pełnotłusty	30	Ser Ementaler pełnotłusty	30	Ser Ementaler pełnotłusty	0	Ser Ementaler pełnotłusty	100	Ser Ementaler pełnotłusty	0	7
Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	0	Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	5	Cytryna	5	Cytryna	0	Cytryna	0	Cytryna	0	
Pomidor	100	Pomidor	100	Pomidor bez skórki	50	Pomidor bez skórki	50	Pomidor bez skórki	100	
Salata	0	Salata	0	Salata	10	Salata	10	Salata	10	
<b>II SNIADANIE</b>		<b>II SNIADANIE</b>		<b>II SNIADANIE</b>		<b>II SNIADANIE</b>		<b>II SNIADANIE</b>		
Budyń o smaku śmietankowym bez cukru	150	Budyń o smaku śmietankowym bez cukru	150	Budyń o smaku śmietankowym bez cukru	150	Budyń o smaku śmietankowym bez cukru	250	Budyń o smaku śmietankowym bez cukru	150	7
Mas truskawkowy	50	Mas truskawkowy	50	Mas truskawkowy	50	Mas truskawkowy	50	Mas truskawkowy	50	
<b>OBIAD</b>		<b>OBIAD</b>		<b>OBIAD</b>		<b>OBIAD</b>		<b>OBIAD</b>		
Zupa fasolowa	300	Zupa fasolowa	300	Zupa koperkowa	300	Zupa koperkowa	300	Zupa koperkowa	300	1,3
Miruna w sosie pomidorowym z warzywami	100	Miruna w sosie pomidorowym z warzywami	100	Miruna w sosie pomidorowym z warzywami	100	Miruna w sosie pomidorowym z warzywami	100	Miruna w sosie pomidorowym z warzywami	100	1,4
Ziemniaki późne	300	Ziemniaki późne	300	Ziemniaki późne	300	Ziemniaki późne	300	Ziemniaki późne	300	1
Salata lodowa z pomidorem i sosem winegret	120	Salata lodowa z pomidorem i sosem winegret	120	Salata lodowa z pomidorem i sosem winegret	120	Salata lodowa z pomidorem i sosem winegret	120	Salata lodowa z pomidorem i sosem winegret	120	
Kompot z jabłek bez cukru	300	Kompot z jabłek bez cukru	300	Kompot z jabłek bez cukru	300	Kompot z jabłek bez cukru	300	Kompot z jabłek bez cukru	300	
<b>PODWIECZOREK</b>		<b>PODWIECZOREK</b>		<b>PODWIECZOREK</b>		<b>PODWIECZOREK</b>		<b>PODWIECZOREK</b>		
Sok pomidorowy	0	Sok pomidorowy	0	Sok pomidorowy	0	Sok pomidorowy	200	Sok pomidorowy	0	12
<b>KOLACJA</b>		<b>KOLACJA</b>		<b>KOLACJA</b>		<b>KOLACJA</b>		<b>KOLACJA</b>		
Chleb pszenny	40	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	130	Chleb pszenny	130	Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	50	Chleb żytni pełnoziarnisty	130	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	0	Masło śmietankowe	15	Masło śmietankowe	0	7
Pasta kanapkowa z kurczaka	60	Pasta kanapkowa z kurczaka	60	Pasta kanapkowa z kurczaka	60	Pasta kanapkowa z kurczaka	60	Pasta kanapkowa z kurczaka	60	3,7
Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	5	Cytryna	5	Cytryna	0	Cytryna	0	Cytryna	0	
Szczypiorek	10	Szczypiorek	10	Szczypiorek	0	Szczypiorek	0	Szczypiorek	0	

WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW																																		
	S	H	O	K	RAZEM		S	H	O	K	RAZEM		S	H	O	K	RAZEM		S	H	O	K	RAZEM											
<b>Procentowy rozkład energii</b>	36,99	5,51	54,65	3,85	0,01	26,27	26,85	6,65	40,82	26,28	26,28	100	26,74	6,14	55,57	37,17	0,01	27,93	100	29,37	5,86	53,35	3,85	0,01	21,16	6,79	54,04	40,19	29,33	3,85	0,01	26,07		
<b>Energia kJ</b>	2.939,20	541,50	3.601,20	2.439,60	9.683,50	2.438,20	841,50	3.680,20	3.911,60	9.042,50	2.535,30	544,50	3.302,20	2.462,20	8.884,20	2.555,30	544,50	3.302,20	2.462,20	8.884,20	2.555,30	544,50	3.302,20	2.462,20	8.884,20	2.555,30	544,50	3.302,20	2.462,20	8.884,20	2.555,30	544,50	3.302,20	2.462,20
<b>Energia kcal</b>	713,90	130,00	877,00	582,20	2.303,10	576,50	130,00	877,00	944,60	2.148,10	609,50	130,00	800,00	591,40	2.116,90	609,50	130,00	800,00	591,40	2.116,90	609,50	130,00	800,00	591,40	2.116,90	609,50	130,00	800,00	591,40	2.116,90	609,50	130,00	800,00	591,40
<b>Tłuszcz</b>	34,18	3,38	28,86	23,64	90,85	28,18	3,38	28,86	23,96	84,97	28,18	3,38	26,01	23,47	77,99	28,18	3,38	26,01	23,47	77,99	28,18	3,38	26,01	23,47	77,99	28,18	3,38	26,01	23,47	77,99	28,18	3,38	26,01	23,47
<b>Kw. nasycone</b>	17,53	2,01	4,69	10,14	34,37	14,18	2,01	4,69	10,19	31,28	14,18	2,01	4,45	10,10	28,76	14,18	2,01	4,45	10,10	28,76	14,18	2,01	4,45	10,10	28,76	14,18	2,01	4,45	10,10	28,76	14,18	2,01	4,45	10,10
<b>Węglowodany</b>	64,62	19,12	139,97	72,84	296,54	44,40	19,12	139,97	62,59	268,07	66,94	19,12	126,26	79,01	291,33	66,94	19,12	126,26	79,01	291,33	66,94	19,12	126,26	79,01	291,33	66,94	19,12	126,26	79,01	291,33	66,94	19,12	126,26	79,01
<b>Cukry</b>	14,03	10,73	17,53	6,76	49,04	8,47	10,73	17,53	9,57	46,29	11,97	10,73	16,39	4,71	43,80	11,97	10,73	16,39	4,71	43,80	11,97	10,73	16,39	4,71	43,80	11,97	10,73	16,39	4,71	43,80	11,97	10,73	16,39	4,71
<b>Białko</b>	40,29	5,55	21,62	23,90	90,36	33,27	5,55	21,62	22,18	82,62	33,27	5,55	13,11	22,90	76,31	33,27	5,55	13,11	22,90	76,31	33,27	5,55	13,11	22,90	76,31	33,27	5,55	13,11	22,90	76,31	33,27	5,55	13,11	22,90
<b>Sól</b>	3,09	0,22	1,54	3,12	7,96	2,90	0,22	1,54	3,12	7,77	2,41	0,22	2,42	3,12	8,16	2,41	0,22	2,42	3,12	8,16	2,41	0,22	2,42	3,12	8,16	2,41	0,22	2,42	3,12	8,16	2,41	0,22	2,42	3,12
<b>Błonnik</b>	6,01	0,55	17,96	8,20	32,72	6,79	0,55	17,96	9,48	34,78	4,97	0,55	17,66	1,20	24,38	4,97	0,55	17,66	1,20	24,38	4,97	0,55	17,66	1,20	24,38	4,97	0,55	17,66	1,20	24,38	4,97	0,55	17,66	1,20
<b>Sód</b>	1.235,65	87,00	814,60	1.247,25	3.184,50	1.158,85	87,10	811,60	1.248,05	3.084,60	4,97	0,55	17,66	1,20	24,38	4,97	0,55	17,66	1,20	24,38	4,97	0,55	17,66	1,20	24,38	4,97	0,55	17,66	1,20	24,38	4,97	0,55	17,66	1,20

Legenda: Alergeny występujące w produktach:

1. zboża zawierające gluten 2. skorupki i produkty pochodne, 3. jaja, 4. ryby 5. orzeski ziemne 6. soja, 7. mleko, 8. orzechy, 9. seler, 10. gorczyca 11. nasiona sezamu, 12. dwutlenek siarki, 13. łubin, 14. mączki  
 Podpis osoby zawierającej: Podpis osoby sporządzającej

Podpis osoby zawierającej: Podpis osoby sporządzającej

04.03.2026 dietę  
 Magdalena Kwiatkowska  
 Dietetyk  
 Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 14.03.2026

4 dzień sobota

DIETA PODSTAWOWA (D01)		DIETA CIKRZYCZOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)		DIETA LATWOSTRAWNA, DIETA PAPIKOWATA I PRZETARTA (D02) i (D11, D10)		DIETA BOGATOBLAKOWA (D07)		DIETA WĄTROBOWA -DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)		ALERGENY
ŚNIADANIE		Ilość g/ml		Ilość g/ml		Ilość g/ml		Ilość g/ml		
Plaki owsiane	30	Plaki owsiane	0	Plaki owsiane	30	Plaki owsiane	30	Plaki owsiane	30	
Mleko spodywce 2% tłuszczu	150	Mleko spodywce 2% tłuszczu	0	Mleko spodywce 2% tłuszczu	150	Mleko spodywce 2% tłuszczu	150	Mleko spodywce 2% tłuszczu	150	1
Chleb pszenny	60	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	60	Chleb pszenny	60	Chleb pszenny	60	7
Chleb żytni pełnoziarnisty	30	Chleb żytni pełnoziarnisty	90	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	60	Chleb żytni pełnoziarnisty	150	1
Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Ser twarogowy chudy	0	Ser twarogowy chudy	0	Ser twarogowy chudy	60	Ser twarogowy chudy	15	Masło śmietankowe	0	7
Serek chudy jogurtowy	60	Serek chudy jogurtowy	60	Serek chudy jogurtowy	60	Serek chudy jogurtowy	60	Ser twarogowy chudy	60	7
Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	60	7,8,9,10
Cytryna	5	Cytryna	5	Cytryna	0	Cytryna	0	Cytryna	250	
Pomidor	100	Pomidor	100	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	0	
Pomidor	0	Pomidor	0	Pomidor	0	Pomidor	0	Pomidor	0	
Salata	35	Salata	35	Salata	15	Salata	15	Salata	15	
<b>II ŚNIADANIE</b>		<b>II ŚNIADANIE</b>		<b>II ŚNIADANIE</b>		<b>II ŚNIADANIE</b>		<b>II ŚNIADANIE</b>		
Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150	Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150	Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150	Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150	Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150	7
Jabłko pieczone	100	Jabłko pieczone	100	Jabłko pieczone	100	Jabłko pieczone	100	Jabłko pieczone	100	
<b>OBIAŁ</b>		<b>OBIAŁ</b>		<b>OBIAŁ</b>		<b>OBIAŁ</b>		<b>OBIAŁ</b>		
Zupa z zielonego groszku	300	Zupa z zielonego groszku	300	Zupa z zielonego groszku	300	Zupa z zielonego groszku	300	Zupa z zielonego groszku	300	1,7,9
Potrąska z karczaka z warzywami	150	Potrąska z karczaka z warzywami	150	Potrąska z karczaka z warzywami	150	Potrąska z karczaka z warzywami	120	Potrąska z karczaka z warzywami	100	1,6
Ryż pełnoziarnisty upieczony	220	Ryż pełnoziarnisty upieczony	220	Ryż pełnoziarnisty upieczony	280	Ryż pełnoziarnisty upieczony	220	Ryż pełnoziarnisty upieczony	220	1
Buraki czerwone z cytryną i oliwą	150	Buraki czerwone z cytryną i oliwą	150	Buraki czerwone z cytryną i oliwą	150	Buraki czerwone z cytryną i oliwą	150	Buraki czerwone z cytryną i oliwą	150	12
Kompot z jabłek bez cukru	300	Kompot z jabłek bez cukru	300	Kompot z jabłek bez cukru	300	Kompot z jabłek bez cukru	300	Kompot z jabłek bez cukru	300	
<b>PODWIECZOREK</b>		<b>PODWIECZOREK</b>		<b>PODWIECZOREK</b>		<b>PODWIECZOREK</b>		<b>PODWIECZOREK</b>		
Banan	0	Banan	0	Banan	0	Banan	100	Banan	0	
<b>KOLACJA</b>		<b>KOLACJA</b>		<b>KOLACJA</b>		<b>KOLACJA</b>		<b>KOLACJA</b>		
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
Salatka z dorszem pieczonym z sosem winegret	80	Salatka z dorszem pieczonym z sosem winegret	80	Salatka z dorszem pieczonym z sosem winegret	80	Salatka z dorszem pieczonym z sosem winegret	30	Salatka z dorszem pieczonym z sosem winegret	80	7,8,9,10
Szynka kanapkowa	40	Szynka kanapkowa	40	Szynka kanapkowa	40	Szynka kanapkowa	40	Szynka kanapkowa	40	7
Cytryna	5	Cytryna	5	Cytryna	0	Cytryna	0	Cytryna	0	
Pomidor	100	Pomidor	100	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	
Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	

WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW		WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW		WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW		WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW		WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW		WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW															
Ś	II	O	K	RAZEM	Ś	II	O	K	RAZEM	Ś	II	O	K	RAZEM	Ś	II	O	K	RAZEM						
<b>Procentowy rozkład energii</b>		<b>Procentowy rozkład energii</b>		<b>Procentowy rozkład energii</b>		<b>Procentowy rozkład energii</b>		<b>Procentowy rozkład energii</b>		<b>Procentowy rozkład energii</b>		<b>Procentowy rozkład energii</b>		<b>Procentowy rozkład energii</b>		<b>Procentowy rozkład energii</b>		<b>Procentowy rozkład energii</b>							
27,990729	8,156534	39,29485	24,64789	100	21,14483	9,810243	41,0489	26,41994	100	28,5468	7,57764	40,596274	24,2795	100	24,77261	8,53595	19,81061	4,430761	22,5706917	100	31,61475	8,469477	38,81664	21,81113	100
<b>Energia kJ</b>		<b>Energia kJ</b>		<b>Energia kJ</b>		<b>Energia kJ</b>		<b>Energia kJ</b>		<b>Energia kJ</b>		<b>Energia kJ</b>		<b>Energia kJ</b>		<b>Energia kJ</b>		<b>Energia kJ</b>							
2.640,15	770,50	3.682,66	2.120,10	9.413,35	1.897,65	770,50	3.682,66	2.252,10	8.512,85	2.893,65	770,50	4.104,40	2.355,00	10.125,55	2.895,65	770,50	2.975,40	399,00	2.068,75	9.069,50	2.868,15	770,50	2.867,60	1.908,10	8.414,55
<b>Energia kcal</b>		<b>Energia kcal</b>		<b>Energia kcal</b>		<b>Energia kcal</b>		<b>Energia kcal</b>		<b>Energia kcal</b>		<b>Energia kcal</b>		<b>Energia kcal</b>		<b>Energia kcal</b>		<b>Energia kcal</b>							
629,00	183,00	879,60	503,00	2.243,60	428,50	183,00	879,60	539,40	2.026,50	689,40	183,00	980,40	562,20	2.415,00	693,10	183,00	702,00	97,00	479,65	2.144,10	693,10	183,00	693,10	455,50	2.160,7
<b>Aw. nasycone</b>		<b>Aw. nasycone</b>		<b>Aw. nasycone</b>		<b>Aw. nasycone</b>		<b>Aw. nasycone</b>		<b>Aw. nasycone</b>		<b>Aw. nasycone</b>		<b>Aw. nasycone</b>		<b>Aw. nasycone</b>		<b>Aw. nasycone</b>							
22,15	4,60	11,38	17,46	55,78	17,37	4,60	11,38	17,70	51,04	22,50	4,60	12,04	17,29	56,43	21,16	4,60	10,62	0,30	18,76	55,26	14,11	4,60	9,79	8,18	36,68
<b>Węglowodany</b>		<b>Węglowodany</b>		<b>Węglowodany</b>		<b>Węglowodany</b>		<b>Węglowodany</b>		<b>Węglowodany</b>		<b>Węglowodany</b>		<b>Węglowodany</b>		<b>Węglowodany</b>		<b>Węglowodany</b>							
82,83	30,10	163,09	77,22	383,23	9,79	2,69	4,24	7,49	24,20	12,07	2,69	4,36	7,41	26,52	12,18	2,69	3,97	0,12	9,21	28,07	8,56	2,69	3,63	1,73	14,59
<b>Cukry</b>		<b>Cukry</b>		<b>Cukry</b>		<b>Cukry</b>		<b>Cukry</b>		<b>Cukry</b>		<b>Cukry</b>		<b>Cukry</b>		<b>Cukry</b>		<b>Cukry</b>							
15,13	19,70	23,05	3,84	62,74	9,22	19,70	23,05	12,51	64,47	15,56	19,70	23,17	7,79	66,21	7,76	19,70	22,60	19,50	6,99	76,55	15,65	19,70	22,31	7,12	64,78
<b>Białko</b>		<b>Białko</b>		<b>Białko</b>		<b>Białko</b>		<b>Białko</b>		<b>Białko</b>		<b>Białko</b>		<b>Białko</b>		<b>Białko</b>		<b>Białko</b>							
29,13	6,75	14,43	26,89	99,20	19,92	6,75	14,43	28,17	89,27	40,96	6,75	16,77	29,30	113,78	28,68	6,75	31,78	1,90	21,39	89,59	38,37	6,75	30,01	23,26	98,39
<b>Sól</b>		<b>Sól</b>		<b>Sól</b>		<b>Sól</b>		<b>Sól</b>		<b>Sól</b>		<b>Sól</b>		<b>Sól</b>		<b>Sól</b>		<b>Sól</b>							
2,18	0,24	1,86	4,58	8,65	2,01	0,24	1,86	4,58	8,49	2,24	0,24	1,67	4,58	8,72	0,94	0,24	1,54	0,00	4,51	7,23	1,87	0,24	1,46	3,38	6,95
<b>Blonnik</b>		<b>Blonnik</b>		<b>Blonnik</b>		<b>Blonnik</b>		<b>Blonnik</b>		<b>Blonnik</b>		<b>Blonnik</b>		<b>Blonnik</b>		<b>Blonnik</b>		<b>Blonnik</b>							
8,39	1,60	37,14	8,99	56,12	7,28	1,60	37,14	10,27	56,29	7,53	1,60	42,36	2,24	53,73	6,18	1,60	36,84	1,70	7,10	53,42	9,33	1,60	36,64	8,09	55,66
<b>Sód</b>		<b>Sód</b>		<b>Sód</b>		<b>Sód</b>		<b>Sód</b>		<b>Sód</b>		<b>Sód</b>		<b>Sód</b>		<b>Sód</b>		<b>Sód</b>							
871,25	96,50	662,00	1.811,25	3.461,66	302,85	906,70	639,60	1.832,05	4.201,20	7,53	1,60	42,36	2,24	53,73	374,80	96,50	615,80	1,00	1.088,10	2.176,20	748,10	3,07	584,60	1.350,20	2.685,97

Legenda: Alergeny występujące w produktach:

1. zboża zawierające gluten 2. skorupki i produkty pochodne, 3. jaja, 4. ryby 5. orzechy ziemne 6. soja, 7. mleko, 8. orzechy 9. seler, 10. gorczyca, 11. nasiona sezamu, 12. drożdżenie sianki, 13. huba, 14. mięczaki

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby sporządzającej

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis

04.03.2026. *Magdalena Kwiatkowska*  
*Magdalena Kwiatkowska*  
 Dietyfik  
 Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.



JADŁOSPIS DEKADOWY 16.03.2026  
6 dzień poniedziałek

DIETA PODSTAWOWA (D01)		DIETA CUKRZYCOWA-DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)		DIETA LATWOŚTRAWNA, DIETA PARKOWATA I PRZETARTA (D02) I (D1), (D10)		DIETA BOGATOBIALKOWA (D05)		DIETA WĄTROBOWA-DIETA LATWOŚTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D06)		ALLERGENY
ŚNIADANIE		II ŚNIADANIE		II ŚNIADANIE		II ŚNIADANIE		II ŚNIADANIE		
Ilość g/ml		Ilość g/ml		Ilość g/ml		Ilość g/ml		Ilość g/ml		
Kasza jagłana	30	Kasza jagłana	0	Kasza jagłana	30	Kasza jagłana	30	Kasza jagłana	30	
Mleko spożywcze 1.5% tłuszczu	150	Mleko spożywcze 1.5% tłuszczu	0	Mleko spożywcze 1.5% tłuszczu	150	Mleko spożywcze 1.5% tłuszczu	150	Mleko spożywcze 1.5% tłuszczu	150	1
Chleb pszenny	60	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	60	Chleb pszenny	60	Chleb pszenny	60	7
Chleb żytni pełnoziarnisty	30	Chleb żytni pełnoziarnisty	90	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
Dżem z czarnych porzeczek niskokaloryczny	30	Dżem z czarnych porzeczek niskokaloryczny	0	Dżem z czarnych porzeczek niskokaloryczny	30	Dżem z czarnych porzeczek niskokaloryczny	30	Dżem z czarnych porzeczek niskokaloryczny	30	2,3
Baton z karczaka	40	Baton z karczaka	80	Baton z karczaka	40	Baton z karczaka	40	Baton z karczaka	80	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	
Rzodkiewka	50	Rzodkiewka	50	Rzodkiewka	0	Rzodkiewka	0	Rzodkiewka	0	
Pomidór	100	Pomidór	100	Pomidór bez skórki	100	Pomidór bez skórki	100	Pomidór bez skórki	100	
Salata	0	Salata	0	Salata	10	Salata	10	Salata	10	
II ŚNIADANIE		II ŚNIADANIE		II ŚNIADANIE		II ŚNIADANIE		II ŚNIADANIE		
Jogurt naturalny 2% tłuszczu	60	Jogurt naturalny 2% tłuszczu	60	Jogurt naturalny 2% tłuszczu	60	Jogurt naturalny 2% tłuszczu	60	Jogurt naturalny 2% tłuszczu	60	7
Kiwi	0	Kiwi	0	Kiwi	100	Jabłko pieczone	100	Jabłko pieczone	100	
OBIAD		OBIAD		OBIAD		OBIAD		OBIAD		
Zupa z soczewicy czerwonej	300	Zupa z soczewicy czerwonej	100	Zupa koperkowa	300	Zupa koperkowa	300	Zupa koperkowa	300	7
Kotlet mielony wieprzowy duszony	100	Kotlet mielony wieprzowy duszony	100	Kotlet mielony wieprzowy duszony	100	Kotlet mielony wieprzowy duszony	100	Kotlet mielony wieprzowy duszony	100	1
Ziemniaki późne	300	Ziemniaki późne	300	Ziemniaki późne	300	Ziemniaki późne	300	Ziemniaki późne	300	
Buraki czerwone gotowane z oliwą	150	Buraki czerwone gotowane z oliwą	150	Buraki czerwone gotowane z oliwą	150	Buraki czerwone gotowane z oliwą	150	Buraki czerwone gotowane z oliwą	150	9
Krupnik z kaszy jęczmiennej I	0	Krupnik z kaszy jęczmiennej I	0	Krupnik z kaszy jęczmiennej I	0	Krupnik z kaszy jęczmiennej I	0	Krupnik z kaszy jęczmiennej I	0	
PODWIECZOREK		PODWIECZOREK		PODWIECZOREK		PODWIECZOREK		PODWIECZOREK		
Galerka bez cukru	0	Galerka bez cukru	0	Galerka bez cukru	0	Galerka bez cukru	120	Galerka bez cukru	0	10
KOLACJA		KOLACJA		KOLACJA		KOLACJA		KOLACJA		
Chleb pszenny	30	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	130	Chleb pszenny	130	Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	36	Chleb żytni pełnoziarnisty	130	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	80	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	15	Masło śmietankowe	0	7
Mielonka drobiowa	40	Mielonka drobiowa	40	Mielonka drobiowa	40	Mielonka drobiowa	40	Mielonka drobiowa	0	7,8,9,10
Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	
Salata	35	Salata	35	Salata	35	Salata	35	Salata	35	

WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW																														
	S	H	O	K	RAZEM		S	H	O	K	RAZEM		S	H	O	P	K	RAZEM		S	H	O	K	RAZEM						
Procentowy rozkład energii	31,311871	16,20057	34,01631	22,44125	100	Procentowy rozkład energii	24,86157	16,58039	37,41679	27,33324	100	Procentowy rozkład energii	31,62181	14,56969	36,59028	23,9647	100	Procentowy rozkład energii	36,88616	13,41736	26,50272	3,337101	24,5946627	100	Procentowy rozkład energii	26,08616	16,09207	34,2566	21,58287	100
Energia kJ	3 055,10	991,50	1 842,70	2 113,23	10 006,15	Energia kJ	2 332,60	991,80	3 827,00	2 593,45	9 736,85	Energia kJ	3 058,20	1 382,80	2 945,00	2 254,75	9 632,75	Energia kJ	3 058,20	1 382,80	2 945,00	2 254,75	9 632,75	Energia kJ	2 419,70	1 382,80	2 945,00	1 859,85	8 607,35	
Energia kcal	727,50	237,00	437,50	503,40	2 321,40	Energia kcal	557,00	237,00	917,50	611,80	2 238,30	Energia kcal	726,70	330,90	702,50	537,30	2 296,50	Energia kcal	726,70	330,90	702,50	537,30	2 296,50	Energia kcal	575,60	330,90	702,50	442,60	2 051,7	
Tłuszcz	25,65	5,76	27,34	14,50	73,19	Tłuszcz	23,72	5,76	27,34	19,69	78,45	Tłuszcz	25,46	7,30	24,25	14,42	71,43	Tłuszcz	29,14	7,30	24,25	0,00	60,45	2 459,50	Tłuszcz	10,71	7,30	24,25	2,59	44,85
Kw. nasycone	11,20	1,76	6,03	7,16	26,14	Kw. nasycone	10,61	1,76	6,03	8,56	26,95	Kw. nasycone	11,16	4,66	6,84	7,14	29,79	Kw. nasycone	13,67	4,66	6,84	0,00	9,75	34,92	Kw. nasycone	3,94	4,66	6,84	0,58	16,01
Węglowodany	94,30	39,57	117,24	71,44	324,65	Węglowodany	45,50	39,57	117,24	66,76	269,10	Węglowodany	95,90	60,37	106,39	81,11	337,77	Węglowodany	95,96	60,37	106,39	1,44	81,55	339,70	Węglowodany	94,86	60,37	106,39	79,90	335,52
Cukry	28,79	15,90	13,47	3,04	66,20	Cukry	8,27	15,90	13,47	13,20	50,84	Cukry	26,66	29,60	11,76	6,90	74,92	Cukry	26,72	29,60	11,76	0,60	7,83	76,50	Cukry	25,99	29,60	11,76	7,10	74,45
Białko	34,49	6,78	36,70	27,14	105,11	Białko	32,23	6,78	36,70	39,46	115,17	Białko	34,36	7,08	24,79	27,50	93,82	Białko	34,42	7,08	24,79	1,80	35,08	103,16	Białko	29,17	7,08	24,79	29,79	90,83
Sól	2,30	0,30	1,01	2,72	6,32	Sól	2,79	0,30	1,01	3,82	7,91	Sól	2,29	0,30	1,66	2,71	4,87	Sól	2,30	0,30	1,66	0,00	2,71	6,97	Sól	2,59	0,30	1,66	1,67	6,22
Blonnik	8,88	0,45	25,30	8,34	42,97	Blonnik	8,04	0,45	25,30	9,62	43,41	Blonnik	7,19	2,05	16,60	1,69	27,53	Blonnik	7,19	2,05	16,60	0,00	12,63	38,47	Blonnik	7,19	2,05	16,60	7,05	32,89
Sid	921,85	118,80	402,50	1 089,29	2 529,35	Sid	1 114,35	1 451,50	402,50	1 529,40	4 497,75	Sid	7,19	2,05	16,60	1,69	27,53	Sid	920,20	120,80	663,50	0,90	1 704,50	3 409,80	Sid	1 036,20	81,90	663,50	666,70	2 447,40

Legenda: Alergeny występujące w produktach:

1. zboża zawierające gluten 2. skorupki i produkty pochodne, 3. jaja, 4. ryby 5. orzechy ziemne 6. soja, 7. mleko 8. orzechy, 9. seler, 10. gorczyca, 11. nasiona sezamu, 12. dwulenek startki, 13. lubin, 14. mięczaki  
Podpis osoby zatwierdzającej: Podpis osoby sporządzającej

Podpis osoby zatwierdzającej: Podpis osoby sporządzającej

09.06.2026. Dept  
Magdalena Kwiatkowska  
Dietetyk  
Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADLOSPIS DEKADOWY 17.03.2026  
7 dni wsterek

DIETA PODSTAWOWA (D01)					DIETA CIKRZYCOWA-DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)					DIETA LATWOŚTRAWNA, DIETA PĄPKOWATA I PRZETARTA (D02) i (D11, D10)					DIETA BOGATOBIALKOWA (D07)					DIETA MATROBOWA-DIETA LATWOŚTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D09)					ALERGENY
ŚNIADANIE		Ilość g/ml			ŚNIADANIE		Ilość g/ml			ŚNIADANIE		Ilość g/ml			ŚNIADANIE		Ilość g/ml								
Plaki owsiane		30			Plaki owsiane		0			Plaki owsiane		30			Plaki owsiane		30			1,7					
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu		150			Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu		0			Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu		150			Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu		150			7					
Chleb pszenny		60			Chleb pszenny		0			Chleb pszenny		90			Chleb pszenny		90			1					
Chleb żytni pełnoziarnisty		30			Chleb żytni pełnoziarnisty		90			Chleb żytni pełnoziarnisty		0			Chleb żytni pełnoziarnisty		0			1,11					
Masło śmietankowe		10			Masło śmietankowe		10			Masło śmietankowe		15			Masło śmietankowe		0			7					
Serek twarogowy homogenizowany naturalny		60			Serek twarogowy homogenizowany naturalny		60			Serek twarogowy homogenizowany naturalny		60			Serek twarogowy homogenizowany naturalny		60			7					
Parówki z kurczaka na gorąco		50			Parówki z kurczaka na gorąco		50			Parówki z kurczaka na gorąco		50			Parówki z kurczaka na gorąco		50			7,8,9,10					
Herbata, napar bez cukru		250			Herbata, napar bez cukru		250			Herbata, napar bez cukru		250			Herbata, napar bez cukru		250								
Cytryna		5			Cytryna		5			Cytryna		0			Cytryna		0								
Pomidor		100			Pomidor		100			Pomidor bez skórki		100			Pomidor bez skórki		100								
Papryka czerwona		50			Papryka czerwona		50			Papryka czerwona		0			Papryka czerwona		0								
Salata		0			Salata		0			Salata		35			Salata		35								
<b>II ŚNIADANIE</b>					<b>II ŚNIADANIE</b>					<b>II ŚNIADANIE</b>					<b>II ŚNIADANIE</b>										
Serek twarogowy zmiasty		150			Serek twarogowy zmiasty		150			Serek twarogowy zmiasty		150			Serek twarogowy zmiasty		150			7					
Mandarynki		50			Mandarynki		50			Mandarynki		100			Mandarynki		100								
<b>OBIAD</b>					<b>OBIAD</b>					<b>OBIAD</b>					<b>OBIAD</b>										
Zupa ogórkowa		300			Zupa ogórkowa		300			Zupa ogórkowa		300			Zupa ogórkowa		300			1,7,9					
Bitki wieprzowe w jarynach		160			Bitki wieprzowe w jarynach		160			Bitki wieprzowe w jarynach		120			Bitki wieprzowe w jarynach		80			1,6					
Kasza jęczmienna gotowana		280			Kasza jęczmienna gotowana		280			Kasza jęczmienna gotowana		280			Kasza jęczmienna gotowana		280			1					
Sarówka z marchwi i jabłek		120			Sarówka z marchwi i jabłek		120			Sarówka z marchwi i jabłek		120			Sarówka z marchwi i jabłek		120			7					
Woda niegazowana		300			Woda niegazowana		300			Woda niegazowana		300			Woda niegazowana		300								
<b>PODWIECZOREK</b>					<b>PODWIECZOREK</b>					<b>PODWIECZOREK</b>					<b>PODWIECZOREK</b>										
Buildy o smaku śmietankowym bez cukru		0			Buildy o smaku śmietankowym bez cukru		0			Buildy o smaku śmietankowym bez cukru		0			Buildy o smaku śmietankowym bez cukru		0								
<b>KOLACJA</b>					<b>KOLACJA</b>					<b>KOLACJA</b>					<b>KOLACJA</b>										
Chleb pszenny		30			Chleb pszenny		0			Chleb pszenny		130			Chleb pszenny		130			1					
Chleb żytni pełnoziarnisty		50			Chleb żytni pełnoziarnisty		130			Chleb żytni pełnoziarnisty		0			Chleb żytni pełnoziarnisty		0			1,11					
Masło śmietankowe		10			Masło śmietankowe		10			Masło śmietankowe		15			Masło śmietankowe		0			7					
Polejwica drożdżowa		40			Polejwica drożdżowa		40			Polejwica drożdżowa		50			Polejwica drożdżowa		40			7,8,9,10,12					
Ser twarogowy chudy		50			Ser twarogowy chudy		50			Ser twarogowy chudy		50			Ser twarogowy chudy		50			9					
Cytryna		5			Cytryna		5			Cytryna		0			Cytryna		0								
Pomidor		100			Pomidor		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								

WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW																															
	S	H	O	K	RAZEM		S	H	O	K	RAZEM		S	H	O	P	K	RAZEM		S	H	O	K	RAZEM							
Procentowy rozkład energii	34,063861	4,201548	34,51588	22,21191	100	Procentowy rozkład energii	27,8418	9,118787	58,3676	34,87181	100	Procentowy rozkład energii	32,66983	11,21714	33,29816	22,81507		100	Procentowy rozkład energii	29,97499	14,39883	31,90665	4,375912	19,344613	100						
Energia kJ	1 037,80	724,00	1 037,20	2 053,20	8 812,20	Energia kJ	2 209,80	724,00	1 037,20	1 985,20	7 947,20	Energia kJ	2 986,15	1 027,00	1 037,20	2 068,10	9 138,45	Energia kJ	2 986,15	1 027,00	1 201,60	439,50	1 949,05	9 605,30	Energia kJ	2 602,45	1 027,00	2 870,50	1 812,40	8 312,65	
Energia kcal	716,40	172,50	725,80	488,10	2 102,80	Energia kcal	522,90	172,50	725,80	470,50	1 891,70	Energia kcal	712,10	244,50	244,50	407,90	2 179,70	Energia kcal	712,10	244,50	244,50	105,00	464,15	2 399,50	Energia kcal	620,40	244,50	686,00	431,40	1 982,30	
Tłuszcz	29,97	6,55	25,99	10,79	73,29	Tłuszcz	25,74	6,55	25,99	11,03	69,30	Tłuszcz	29,68	8,05	25,99	10,62	74,34	Tłuszcz	29,68	8,05	25,99	10,62	14,85	61,94	303,50	Tłuszcz	21,64	8,05	22,79	3,27	55,75
Kw. nasycone	14,01	3,88	9,61	3,80	33,30	Kw. nasycone	12,18	3,88	9,61	5,85	31,52	Kw. nasycone	15,95	4,77	9,61	5,77	34,10	Kw. nasycone	15,95	4,77	9,61	5,77	14,11	91,01	Kw. nasycone	9,72	4,77	8,56	0,74	22,79	
Węglowodany	86,81	10,55	107,56	74,33	278,94	Węglowodany	50,24	10,55	107,56	63,69	232,03	Węglowodany	87,74	25,75	107,56	80,50	301,54	Węglowodany	87,74	25,75	107,56	80,50	18,97	106,30	Węglowodany	83,97	25,75	106,70	80,39	296,81	
Cukry	16,99	9,60	10,02	8,87	45,47	Cukry	10,91	9,60	10,02	11,54	42,07	Cukry	13,88	18,65	10,02	6,82	49,40	Cukry	13,88	18,65	10,02	6,82	6,66	59,40	Cukry	13,53	18,65	9,84	6,71	48,73	
Białko	26,91	18,75	22,55	20,71	88,92	Białko	17,70	18,75	22,55	19,99	78,99	Białko	26,98	18,75	22,55	21,12	89,40	Białko	26,98	18,75	22,55	21,12	4,80	18,97	106,30	Białko	13,53	18,65	20,41	20,76	86,55
Sól	2,06	0,94	0,98	3,05	7,03	Sól	1,89	0,94	0,98	3,06	6,86	Sól	2,06	0,94	0,98	3,05	7,03	Sól	2,06	0,94	0,98	3,05	2,98	7,77	Sól	2,01	0,94	0,95	2,96	6,89	
Błonnik	8,95	0,95	15,50	8,35	33,75	Błonnik	7,84	0,95	15,50	9,63	33,92	Błonnik	7,86	1,60	15,50	1,60	26,56	Błonnik	7,86	1,60	15,58	0,15	7,35	32,64	Błonnik	7,86	1,60	15,32	7,45	32,23	
Sód	824,15	375,50	390,40	1 221,35	2 811,40	Sód	755,75	607,50	375,40	1 222,15	2 956,80	Sód	7,86	1,60	15,50	1,60	26,56	Sód	7,86	1,60	15,50	1,60	1 915,10	3 830,20	Sód	824,50	375,50	390,40	1 185,10	2 377,84	

Legenda: Alergeny występujące w produktach:

1. zboża zawierające gluten 2. skorupki i produkty pochodne, 3. jaja, 4. ryby 5. orzeszki ziemne 6. soja, 7. mleko, 8. orzechy, 9. seler, 10. gorczyca, 11. nasiona sezamu, 12. dwulenek startki, 13. lubin, 14. mięczaki  
Podpis osoby zatwierdzającej: Podpis osoby sporządzającej

Podpis osoby zatwierdzającej: Podpis o

01.03.2026: *Magdalena Kwiatkowska*  
Dietetyk  
Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.



JADŁOSPIS DEKADOWY 19.03.2026

9 dzień czwartek

DIETA PODSTAWOWA (D01)					DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)					DIETA LATWOŚTRAWNA, DIETA PAKOWATA I PRZETARTA (D02 i (D11, D10)					DIETA BOGATOBIALKOWA (D07)					DIETA WĄTROBOWA- DIETA LATWOŚTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D09)					ALERGENY
ŚNIADANIE		Ilość g/ml			ŚNIADANIE		Ilość g/ml			ŚNIADANIE		Ilość g/ml			ŚNIADANIE		Ilość g/ml								
Kasza manna na mleku	180				Kasza manna na mleku	0				Kasza manna na mleku	180				Kasza manna na mleku	180				1,7					
Mleko spożywcze 1.5 % tłuszczu	0				Mleko spożywcze 1.5 % tłuszczu	0				Mleko spożywcze 1.5 % tłuszczu	0				Mleko spożywcze 1.5 % tłuszczu	0				7					
Chleb pszenny	60				Chleb pszenny	0				Chleb pszenny	90				Chleb pszenny	0				1					
Chleb żytni pełnoziarnisty	30				Chleb żytni pełnoziarnisty	90				Chleb żytni pełnoziarnisty	0				Chleb żytni pełnoziarnisty	0				1,11					
Masło śmietankowe	10				Masło śmietankowe	10				Masło śmietankowe	15				Masło śmietankowe	0				7					
Ser, Edamski tłusty	50				Ser, Edamski tłusty	50				Ser twarogowy półtłusty w kawałku	100				Ser twarogowy półtłusty w kawałku	100				7					
Szynka z miodka	0				Szynka z miodka	0				Szynka z miodka	0				Szynka z miodka	0				7,8,9,10					
Herbata, napar bez cukru	250				Herbata, napar bez cukru	250				Herbata, napar bez cukru	250				Herbata, napar bez cukru	250									
Cytryna	5				Cytryna	5				Cytryna	0				Cytryna	0									
Pomidor	100				Pomidor	100				Pomidor bez skórki	100				Pomidor bez skórki	100									
Ogórek	50				Ogórek	50				Ogórek	0				Ogórek	0									
Salata	0				Salata	0				Salata	35				Salata	35									
<b>II ŚNIADANIE</b>					<b>II ŚNIADANIE</b>					<b>II ŚNIADANIE</b>					<b>II ŚNIADANIE</b>										
Napój mleczny jogurtowy bez cukru	150				Napój mleczny jogurtowy bez cukru	150				Napój mleczny jogurtowy bez cukru	150				Napój mleczny jogurtowy bez cukru	150				7					
Jabłko	100				Jabłko	100				Jabłko pieczone	100				Jabłko pieczone	100									
<b>OBIAD</b>					<b>OBIAD</b>					<b>OBIAD</b>					<b>OBIAD</b>										
Barszcz ukraiński	300				Barszcz ukraiński	300				Barszcz czerwony	300				Barszcz czerwony	300				1,7,9					
Filet z pierśi kurczaka duszony	120				Filet z pierśi kurczaka duszony	120				Filet z pierśi kurczaka duszony	120				Filet z pierśi kurczaka duszony	80				1,6					
Makaron gotowany pełnoziarnisty	280				Makaron gotowany pełnoziarnisty	280				Makaron gotowany jasny	280				Makaron gotowany jasny	280				1,7					
Szpink duszony ze śmietaną	150				Szpink duszony ze śmietaną	150				Woda niegazowana	300				Woda niegazowana	300				7					
Woda niegazowana	300				Woda niegazowana	300				Woda niegazowana	300				Woda niegazowana	300									
<b>PODWIECZOREK</b>					<b>PODWIECZOREK</b>					<b>PODWIECZOREK</b>					<b>PODWIECZOREK</b>										
Sok marchwiowy	0				Sok marchwiowy	0				Sok marchwiowy	150				Sok marchwiowy	0									
<b>KOLACJA</b>					<b>KOLACJA</b>					<b>KOLACJA</b>					<b>KOLACJA</b>										
Chleb pszenny	80				Chleb pszenny	0				Chleb pszenny	100				Chleb pszenny	130				1					
Chleb żytni pełnoziarnisty	50				Chleb żytni pełnoziarnisty	130				Chleb żytni pełnoziarnisty	0				Chleb żytni pełnoziarnisty	0				1,11					
Masło śmietankowe	10				Masło śmietankowe	10				Masło śmietankowe	15				Masło śmietankowe	0				7					
Szynka wędzona gotowana	40				Szynka wędzona gotowana	40				Szynka wędzona gotowana	40				Szynka wędzona gotowana	40				7,8,9,10,12					
Paprykarz szczeciński	40				Paprykarz szczeciński	40				Paprykarz szczeciński	40				Paprykarz szczeciński	40				9					
Cytryna	5				Cytryna	5				Cytryna	0				Cytryna	0									
Pomidor	100				Pomidor	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									

WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW										WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW										WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW										WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW									
		S	H	O	K	RAZEM			S	H	O	K	RAZEM			S	H	O	P	K	RAZEM			S	H	O	K	RAZEM											
<b>Procentowy rozkład energii</b>																																							
Procentowy rozkład energii		27,816934	7,245454	39,78032	24,66819	100	Procentowy rozkład energii		23,37454	8,308016	42,70414	25,61659	100	Procentowy rozkład energii		27,27749	11,3089	32,712042	28,70157	100	Procentowy rozkład energii		29,80403	14,93585	31,31516	3,231759	20,7122091	100	Procentowy rozkład energii		28,00519	12,19994	32,55578	27,24089	100				
Energia kJ		2 557,40	709,00	1 580,50	2 264,00	9 111,80	Energia kJ		2 085,00	709,00	1 380,50	2 190,50	6 492,40	Energia kJ		2 189,25	907,00	2 563,00	2 299,80	7 959,95	Energia kJ		2 189,25	907,00	2 563,00	2 299,80	7 959,95	Energia kJ		2 085,00	707,00	1 380,50	2 190,50	6 492,40					
Energia kcal		607,40	169,00	380,20	539,00	2 185,00	Energia kcal		475,80	169,00	330,20	521,40	2 036,40	Energia kcal		521,00	216,00	628,80	549,20	1 916,00	Energia kcal		521,00	216,00	628,80	549,20	1 916,00	Energia kcal		495,80	169,00	330,20	521,40	2 036,40					
Tłuszcz		25,14	3,25	14,69	19,10	62,17	Tłuszcz		21,54	3,25	14,69	19,14	58,81	Tłuszcz		21,04	6,35	14,01	0,15	14,87	56,41	Tłuszcz		21,04	6,35	14,01	0,15	14,87	Tłuszcz		10,01	4,45	12,59	11,58	38,63				
Kw. nasycone		14,70	1,75	8,82	8,33	33,61	Kw. nasycone		12,51	1,75	8,82	8,38	31,46	Kw. nasycone		12,78	3,75	9,57	0,02	8,21	34,32	Kw. nasycone		12,78	3,75	9,57	0,02	8,21	Kw. nasycone		5,24	2,61	9,17	3,27	20,29				
Węglowodany		60,38	30,25	122,25	74,58	296,45	Węglowodany		44,66	30,25	122,25	63,94	261,90	Węglowodany		78,62	81,05	81,40	16,99	61,61	288,72	Węglowodany		78,62	81,05	81,40	16,99	61,61	Węglowodany		74,44	38,95	81,49	80,64	278,52				
Cukry		12,97	16,85	17,65	7,92	55,38	Cukry		8,13	16,85	17,65	10,59	53,22	Cukry		14,43	25,45	11,77	14,85	5,23	71,73	Cukry		14,43	25,45	11,77	14,85	5,23	Cukry		14,27	20,75	11,77	5,76	52,55				
Białko		25,65	6,40	50,03	19,89	110,97	Białko		20,25	6,40	50,03	19,17	104,85	Białko		31,49	10,30	44,49	0,60	11,51	98,38	Białko		31,49	10,30	44,49	0,60	11,51	Białko		31,32	6,30	35,69	19,94	93,25				
Sól		2,05	0,23	1,22	1,43	7,93	Sól		1,91	0,23	1,22	1,43	7,81	Sól		1,38	0,37	1,07	0,11	4,36	7,29	Sól		1,38	0,37	1,07	0,11	4,36	Sól		1,35	0,23	0,88	4,34	6,79				
Błonnik		6,44	2,90	21,53	3,63	38,60	Błonnik		7,04	2,90	21,53	9,91	40,48	Błonnik		6,10	1,60	5,39	1,88	14,97	Błonnik		6,10	1,60	5,39	1,88	14,97	Błonnik		6,10	1,60	5,39	7,73	20,82					
Sód		820,55	90,50	489,70	1 770,85	3 171,60	Sód		770,75	935,50	474,70	1 771,65	3 952,60	Sód		6,10	1,60	5,39	1,88	14,97	Sód		551,90	149,50	426,70	43,30	1 171,60	Sód		539,90	5,36	350,70	1 734,60	2 628,56					

Legenda: Alergeny występujące w produktach:

1. zboża zawierające gluten 2. skorupki i produkty pochodne; 3. jaja, 4. ryby 5. orzeszki ziemne 6. soja, 7. mleko, 8. orzechy, 9. seler, 10. gorczyca, 11. nasiona sezamu, 12. dwutlenek siarki, 13. łubin, 14. mięczaki  
 Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby sporządzającej

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby sporządzającej

04.03.2026. *Magdalena Kwiatkowska*  
 Dietetyk  
 Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 20.03.2026

10 dzień piątek

DIETA PODSTAWOWA (D01)					DIETA CIKURZYCOWA - DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRYSYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)					DIETA LATWOSTRAWNA, DIETA PĄPKOWATA I PRZETARTA (D02) i (D11, D10)					DIETA BOGATOBIALKOWA (D07)					DIETA WĄTROBOWA - DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)					ALERGENY
ŚNIADANIE		Ilość g/ml			ŚNIADANIE		Ilość g/ml			ŚNIADANIE		Ilość g/ml			ŚNIADANIE		Ilość g/ml			ALERGENY					
Placki owsiane	180				Placki owsiane	0				Placki owsiane	180				Placki owsiane										
Chleb pszenny	60				Chleb pszenny	0				Chleb pszenny	60				Chleb pszenny	60					1				
Chleb żytni pełnoziarnisty	30				Chleb żytni pełnoziarnisty	90				Chleb żytni pełnoziarnisty	90				Chleb żytni pełnoziarnisty	90					1				
Masło śmietankowe	10				Masło śmietankowe	10				Masło śmietankowe	0				Masło śmietankowe	0					1,11				
Jaja gotowane	120				Jaja gotowane	120				Jaja gotowane	15				Masło śmietankowe	0					7				
Serek śmietanowy z chrzanem	60				Serek chudy jogurtowy	60				Serek chudy jogurtowy	120				Jaja gotowane	120					7				
Herbata, napar bez cukru	250				Herbata, napar bez cukru	250				Herbata, napar bez cukru	60				Serek chudy jogurtowy	60					7,8,9,10				
Cytryna	5				Cytryna	5				Herbata, napar bez cukru	250				Herbata, napar bez cukru	250									
Pomidor	100				Pomidor	100				Cytryna	0				Cytryna	0									
Papryka czerwona	50				Papryka czerwona	50				Pomidor bez skórki	100				Pomidor bez skórki	100									
Salata	0				Salata	0				Papryka czerwona	0				Papryka czerwona	0									
<b>II ŚNIADANIE</b>					<b>II ŚNIADANIE</b>					<b>II ŚNIADANIE</b>					<b>II ŚNIADANIE</b>										
Mandarynki	80				Mandarynki	80				Banan	80				Banan	80					7				
Kefir 2% tłuszczu	150				Kefir 2% tłuszczu	150				Kefir 2% tłuszczu	150				Kefir 2% tłuszczu	150									
<b>OBIAD</b>					<b>OBIAD</b>					<b>OBIAD</b>					<b>OBIAD</b>										
Zupa kalafiorowa I	300				Zupa kalafiorowa I	300				Zupa kalafiorowa I	300				Zupa kalafiorowa I	300					1,7,9				
Minuta pieczona bez panierki	120				Minuta pieczona bez panierki	120				Minuta pieczona bez panierki	120				Minuta pieczona bez panierki	120					1,3,6				
Ziemniaki wczesne	300				Ziemniaki wczesne	300				Ziemniaki wczesne	300				Ziemniaki wczesne	300									
Sarówka z kapusty pekińskiej, pomidora, ogórka kiszzonego	150				Sarówka z kapusty pekińskiej, pomidora, ogórka kiszzonego	150				Sarówka z kapusty pekińskiej, pomidora, ogórka kiszzonego	150				Sarówka z kapusty pekińskiej, pomidora, ogórka kiszzonego	150					1,7				
Woda niegazowana	300				Woda niegazowana	300				Woda niegazowana	300				Woda niegazowana	300									
<b>PODWIECZOREK</b>					<b>PODWIECZOREK</b>					<b>PODWIECZOREK</b>					<b>PODWIECZOREK</b>										
Jogurt bananowy 1,5% tłuszczu	0				Jogurt bananowy 1,5% tłuszczu	0				Jogurt bananowy 1,5% tłuszczu	0				Jogurt bananowy 1,5% tłuszczu	0									
<b>KOLACJA</b>					<b>KOLACJA</b>					<b>KOLACJA</b>					<b>KOLACJA</b>										
Chleb pszenny	50				Chleb pszenny	0				Chleb pszenny	130				Chleb pszenny	130					1				
Chleb żytni pełnoziarnisty	50				Chleb żytni pełnoziarnisty	130				Chleb żytni pełnoziarnisty	0				Chleb żytni pełnoziarnisty	0					1,11				
Masło śmietankowe	10				Masło śmietankowe	10				Masło śmietankowe	15				Masło śmietankowe	0					7				
Szyzka kaniapkowa	40				Szyzka kaniapkowa	40				Masło śmietankowe	15				Szyzka kaniapkowa	40					7,8,9,10				
Salatka makaronowa z kurczakiem	80				Salatka makaronowa z kurczakiem	80				Salatka makaronowa z kurczakiem	80				Salatka makaronowa z kurczakiem	80					7,8,9,10				
Cytryna	5				Cytryna	5				Cytryna	0				Cytryna	0					3,7,9				
Pomidor	100				Pomidor	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									

WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW																														
	S	H	O	K	RAZEM		S	H	O	K	RAZEM		S	H	O	P	K	RAZEM		S	H	O	K	RAZEM						
Procentowy rozkład energii	52,675329	4,442741	16,16621	26,7597	100	Procentowy rozkład energii	35,41117	6,158652	25,14257	33,28661	100	Procentowy rozkład energii	58,55526	6,158381	18,160158	25,1262	100	Procentowy rozkład energii	49,96558	5,928066	17,49105	4,001637	22,561654	100	Procentowy rozkład energii	50,58648	6,504585	19,18106	21,72787	100
Energia kJ	3420,90	438,80	1481,30	2576,90	10386,50	Energia kJ	2664,80	458,80	1881,00	2508,90	7513,50	Energia kJ	5242,35	637,20	1881,00	2611,80	10372,35	Energia kJ	3242,35	637,20	1881,00	438,80	2495,75	10635,30	Energia kJ	4966,65	637,20	1881,00	2336,10	9820,95
Energia kcal	1305,40	110,10	440,70	613,00	2478,20	Energia kcal	633,40	110,10	440,70	595,40	1789,60	Energia kcal	1251,90	157,50	440,70	622,20	2476,30	Energia kcal	1284,85	152,50	440,70	105,00	580,05	2972,50	Energia kcal	1188,00	152,50	440,70	856,30	2344,5
Tłuszcz	45,77	3,16	8,15	21,94	79,01	Tłuszcz	32,89	3,16	8,15	22,18	66,47	Tłuszcz	38,28	3,24	8,15	21,77	71,44	Tłuszcz	41,96	3,24	8,15	2,25	25,03	89,62	Tłuszcz	30,93	3,24	8,15	14,42	56,74
Kw. nasycone	18,76	1,80	1,49	7,84	30,91	Kw. nasycone	17,53	1,80	1,49	7,69	28,79	Kw. nasycone	14,42	1,88	1,49	7,81	25,59	Kw. nasycone	16,93	1,88	1,49	1,38	10,26	31,94	Kw. nasycone	9,39	1,88	1,49	2,75	15,53
Węglowodany	181,04	16,01	75,16	82,90	355,10	Węglowodany	48,32	16,01	75,16	72,26	211,74	Węglowodany	182,27	25,85	75,16	89,07	372,34	Węglowodany	182,32	25,85	75,16	15,60	72,33	371,25	Węglowodany	179,34	25,85	75,16	88,56	369,31
Cukry	12,76	14,49	15,10	7,82	50,16	Cukry	11,34	14,49	15,10	10,49	51,42	Cukry	9,65	22,65	15,10	5,77	53,18	Cukry	9,71	22,65	15,10	14,85	5,53	67,84	Cukry	9,54	22,65	15,10	5,66	52,96
Białko	36,82	5,58	37,11	23,46	122,97	Białko	34,86	5,58	37,11	22,74	106,29	Białko	60,91	5,90	37,11	23,87	127,79	Białko	60,97	5,90	37,11	5,55	21,63	131,16	Białko	60,80	5,90	37,11	21,51	127,32
Sól	2,55	0,14	1,51	1,64	7,83	Sól	2,52	0,14	1,51	1,64	7,81	Sól	2,61	0,14	1,51	1,63	7,90	Sól	2,62	0,14	1,51	0,18	3,57	8,02	Sól	2,59	0,14	1,51	1,55	7,79
Blonnik	19,85	1,52	9,16	8,16	38,69	Blonnik	8,39	1,52	9,16	9,44	28,51	Blonnik	18,16	1,36	9,16	1,41	30,09	Blonnik	18,16	1,36	9,16	0,30	7,70	36,68	Blonnik	18,16	1,36	9,16	7,26	35,94
Sód	1018,24	57,80	602,10	1454,45	3132,69	Sód	1009,94	1044,30	587,10	1455,25	4096,59	Sód	18,16	1,36	9,16	1,41	30,09	Sód	1049,70	57,80	602,10	72,00	1781,60	3563,20	Sód	1037,70	4,45	602,10	1418,20	3062,45

Legenda: Alergeny występujące w produktach:

1. zboża zawierające gluten 2. skórniki i produkty pochodne, 3. jaja, 4. ryby 5. orzechy ziemne 6. soja, 7. mleko, 8. orzechy, 9. seler, 10. gorczyca, 11. nasiona sezamu, 12. dwutlenek siarki, 13. łubin, 14. mączki  
 Polpu osoby zawierające Polpu osoby spoządzające

Polpu osoby zawierające Polpu osoby

04.03.2026. dietę  
 Magdalena Kwiatkowska  
 Dietetyk  
 Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.