JADŁOSPIS DEKADOWY 11.10.2026

11 dzień niedziela

DIETA PODSTAWOWA (D01)		DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)		DIETA ŁATWOSTRAWNA, DIETA PAPKOWATA i PRZETARTA (D02) i (D11, D10)		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)		DIETA WĄTROBOWA- DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)		ALERGENY
ŚNIADANIE	*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*	
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	150	Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	7
Chleb pszenny	60	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	90	Chleb pszenny	90	Chleb pszenny	90	1
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
Jajecznica na parze	120	Jajecznica na parze	120	Jajecznica na parze	120	Jajecznica na parze	30	Jajecznica na parze	0	3
Baton z kurczaka	40	Baton z kurczaka	40	Baton z kurczaka	40	Baton z kurczaka	40	Baton z kurczaka	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	
Pomidor	100	Pomidor	100	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	
Sałata	0	Sałata	0	Sałata	10	Sałata	10	Sałata	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	40	Kiwi	40	Jabłko pieczone	100	Jabłko pieczone	100	Jabłko pieczone	100	
OBIAD		**OBIAD**		**OBIAD**		**OBIAD**		**OBIAD**		
Zupa jarzynowa	300	Zupa jarzynowa	300	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
Woda niegazowana	250	Woda niegazowana	250	Woda niegazowana	250	Woda niegazowana	250	Woda niegazowana	250	
PODWIECZOREK		**PODWIECZOREK**		**PODWIECZOREK**		**PODWIECZOREK**		**PODWIECZOREK**		
Galaretka bez cukru	0	Galaretka bez cukru	0	Galaretka bez cukru	0	Galaretka bez cukru	120	Galaretka bez cukru	0	10
KOLACJA		**KOLACJA**		**KOLACJA**		**KOLACJA**		**KOLACJA**		
Chleb pszenny	80	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	130	Chleb pszenny	130	Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	50	Chleb żytni pełnoziarnisty	130	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	15	Masło śmietankowe	0	7
Mielonka drobiowa	40	Mielonka drobiowa	40	Mielonka drobiowa	40	Mielonka drobiowa	40	Polędwica drobiowa	40	7,8,9,10
Sałatka grecka z sosem winegret	100	Sałatka grecka z sosem winegret	100	Sałatka grecka z sosem winegret	100	Sałatka grecka z sosem winegret	100	Sałatka grecka z sosem winegret	100	7
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	
Cytryna	5	Cytryna	5	Cytryna	0	Cytryna	0	Cytryna	0	
Sałata	35	Sałata	35	Sałata	35	Sałata	35	Sałata	35	

WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW																													
	Ś	*II*	*O*	*K*	*RAZEM*		*Ś*	*II*	*O*	*K*	*RAZEM*		*Ś*	*II*	*O*	*K*	*RAZEM*		*Ś*	*II*	*O*	*P*	*K*	*RAZEM*		*Ś*	*II*	*O*	*K*	*RAZEM*
Procentowy rozkład energii	*31,111415*	*11,83502*	*31,56691*	*25,68665*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*24,88549*	*13,05683*	*34,60512*	*27,45256*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*29,70992*	*14,39477*	*30,645402*	*25,25191*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*26,28855*	*14,29514*	*30,42706*	*2,702703*	*26,2885482*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*25,9613*	*16,16458*	*34,41097*	*23,46314*	*100*
Energia kJ	2 863,70	1 085,40	2 882,00	2 395,25	**9 226,35**	*Energia kJ*	2 081,00	1 085,40	2 882,00	2 327,25	**8 375,65**	*Energia kJ*	2 858,80	1 382,80	2 945,00	2 437,75	**9 624,35**	*Energia kJ*	2 858,80	1 382,80	2 945,00	261,60	2 575,60	**10 023,80**	*Energia kJ*	2 228,30	1 382,80	2 945,00	2 020,85	**8576,95**
Energia kcal	681,90	259,40	687,50	563,00	**2 191,80**	*Energia kcal*	494,40	259,40	687,50	545,40	**1 986,70**	*Energia kcal*	681,10	330,00	702,50	578,90	**2 292,50**	*Energia kcal*	606,95	330,00	702,50	62,40	606,95	**2 308,80**	*Energia kcal*	530,00	330,00	702,50	479,00	**2041,5**
Tłuszcz	25,62	5,90	25,00	21,13	**77,65**	*Tłuszcz*	22,68	5,90	25,00	21,44	**75,02**	*Tłuszcz*	25,43	7,30	24,25	21,05	**78,03**	*Tłuszcz*	21,28	7,30	24,25	0,00	24,66	**77,48**	*Tłuszcz*	10,68	7,30	24,25	9,94	**52.17**
Kw. nasycone	11,20	3,81	6,36	10,29	**31,65**	*Kw. nasycone*	9,56	3,81	6,36	10,35	**30,08**	*Kw. nasycone*	11,16	4,66	6,84	10,27	**32,92**	*Kw. nasycone*	11,24	4,66	6,84	0,00	12,77	**35,51**	*Kw. nasycone*	3,93	4,66	6,84	3,88	**19,30**
Węglowodany	82,42	45,13	97,00	74,56	**299,11**	*Węglowodany*	45,46	45,13	97,00	64,94	**252,52**	*Węglowodany*	84,02	60,37	100,39	82,23	**327,01**	*Węglowodany*	83,63	60,37	100,39	1,44	81,27	**327,09**	*Węglowodany*	82,98	60,37	100,39	80,34	**324,08**
Cukry	17,75	20,50	13,80	7,74	**59,79**	*Cukry*	8,23	20,50	13,80	10,94	**53,47**	*Cukry*	15,62	29,60	11,76	6,60	**63,58**	*Cukry*	15,23	29,60	11,76	0,60	6,13	**63,31**	*Cukry*	14,95	29,60	11,76	5,72	**62.03**
Białko	34,34	7,14	25,30	21,92	**88.70**	*Białko*	25,55	7,14	25,30	21,20	**79.19**	*Białko*	34,21	7,08	24,79	22,37	**88,45**	*Białko*	25,45	7,08	24,79	1,80	21.94	**81.05**	*Białko*	29,02	7,08	24,79	16,97	**77.86**
Sól	2.30	0.30	1,24	2,85	**6.69**	*Sól*	2,13	0,30	1,24	2,85	**6.52**	*Sól*	2.29	0,30	1,66	2,85	**7,10**	*Sól*	2,05	0,30	1,66	0,00	2,84	**6.86**	*Sól*	2,59	0,30	1,66	1,77	**6,32**
Błonnik	8,04	1,29	13,30	9,24	**31.87**	*Błonnik*	8,04	1,29	13,30	10.52	**33,15**	*Błonnik*	6,35	2,05	16,60	2,59	**27,59**	*Błonnik*	6,35	2,05	16,60	0,00	12.99	**37,99**	*Błonnik*	6,35	2,05	16,60	7,95	**32,95**
Sód	921,55	120,40	495,50	1 139,60	**2 677,05**	*Sód*	853,15	1 025,50	495,50	1 140,40	**3 514,55**	*Sód*	6.35	2,05	16,60	2,59	**27,59**	*Sód*	820,00	120,80	663,50	0,00	**1 604,30**	**3 208,60**	*Sód*	1 035,90	81,04	663,50	707,70	**2 488,14**

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

11.10.26r. dieta

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 12.10.2026

2 dzień poniedziałek

DIETA PODSTAWOWA (D01)		DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)		DIETA ŁATWOSTRAWNA, DIETA PAPKOWATA i PRZETARTA (D02) i (D11, D10)		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)		DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)		ALERGENY
ŚNIADANIE	*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*	
Płatki owsiane	30	Płatki owsiane	0	Płatki owsiane	30	Płatki owsiane	30	Płatki owsiane	30	1
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	0	Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	7
Chleb pszenny	60	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	90	Chleb pszenny	90	Chleb pszenny	90	1
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
Polędwica drobiowa	30	Polędwica drobiowa	30	Polędwica drobiowa	30	Polędwica drobiowa	30	Polędwica drobiowa	30	7,8,9,10
Parówki z kurczaka na gorąco	50	Parówki z kurczaka na gorąco	40	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	Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	5	Cytryna	5	Cytryna	0	Cytryna	0	Cytryna	0	
Pomidor	100	Pomidor	100	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	
Papryka czerwona	50	Papryka czerwona	50	Papryka czerwona	0	Papryka czerwona	0	Papryka czerwona	0	
Sałata	0	Sałata	0	Sałata	35	Sałata	35	Sałata	35	
II ŚNIADANIE		**II ŚNIADANIE**		**II ŚNIADANIE**		**II ŚNIADANIE**		**II ŚNIADANIE**		
Serek twarogowy ziarnisty	150	Serek twarogowy ziarnisty	150	Serek twarogowy ziarnisty	150	Serek twarogowy ziarnisty	250	Serek twarogowy ziarnisty	150	7
Mandarynki	50	Mandarynki	50	Jabłko pieczone	100	Jabłko pieczone	100	Jabłko pieczone	100	
OBIAD		**OBIAD**		**OBIAD**		**OBIAD**		**OBIAD**		
Barszcz ukraiński	300	Barszcz ukraiński	300	Barszcz czerwony	300	Barszcz czerwony	300	Barszcz czerwony	300	1 7,9
Bitki wieprzowe w jarzynach	100	Bitki wieprzowe w jarzynach	100	Bitki wieprzowe w jarzynach	100	Bitki wieprzowe w jarzynach	120	Bitki wieprzowe w jarzynach	100	1, 6,9
Kasza jęczmienna gotowana	280	Kasza jęczmienna gotowana	280	Kasza jęczmienna gotowana	280	Kasza jęczmienna gotowana	280	Kasza jęczmienna gotowana	280	1
Surówka z marchwi i jabłek	120	Surówka z marchwi i jabłek	120	Surówka z marchwi i jabłek	120	Surówka z marchwi i jabłek	120	Surówka z marchwi i jabłek	120	
Woda niegazowana	300	Woda niegazowana	300	Woda niegazowana	300	Woda niegazowana	300	Woda niegazowana	300	
PODWIECZOREK		**PODWIECZOREK**		**PODWIECZOREK**		**PODWIECZOREK**		**PODWIECZOREK**		
Budyń o smaku śmietankowym bez cukru	0	Budyń o smaku śmietankowym bez cukru	0	Budyń o smaku śmietankowym bez cukru	0	Budyń o smaku śmietankowym bez cukru	150	Budyń o smaku śmietankowym bez cukru	0	7
KOLACJA		**KOLACJA**		**KOLACJA**		**KOLACJA**		**KOLACJA**		
Chleb pszenny	80	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	130	Chleb pszenny	100	Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	50	Chleb żytni pełnoziarnisty	130	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	15	Masło śmietankowe	0	7
Polędwica drobiowa	40	Polędwica drobiowa	40	Polędwica drobiowa	40	Polędwica drobiowa	50	Polędwica drobiowa	40	7,8,9,10,12
Ser twarogowy chudy	50	Ser twarogowy chudy	50	Ser twarogowy chudy	50	Ser twarogowy chudy	50	Ser twarogowy chudy	50	7
Cytryna	5	Cytryna	5	Cytryna	0	Cytryna	0	Cytryna	0	
Pomidor	100	Pomidor	100	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	
Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	

WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW																																	
	Ś	*II*	*O*	*K*	*RAZEM*		*Ś*	*II*	*O*	*K*	*RAZEM*		*Ś*	*II*	*O*	*K*	*RAZEM*		*Ś*	*II*	*O*	*P*	*K*	*RAZEM*		*Ś*	*II*	*O*	*K*	*RAZEM*		
Procentowy rozkład energii	*34,363008*	*8,274175*	*33,9505*	*23,41232*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*26,89685*	*9,335426*	*38,30501*	*25,46271*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*33,12555*	*11,37368*	*32,367307*	*23,13346*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*31,10466*	*14,42408*	*30,71014*	*4,383585*	*19,377531*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*32,02339*	*12,11656*	*34,48139*	*21,37866*	*100*		
Energia kJ	3 007,80	724,00	2 959,20	2 053,20	**8 744,20**	*Energia kJ*	2 092,60	724,00	2 959,20	1 985,20	**7 761,00**	*Energia kJ*	2 986,15	1 027,00	2 914,20	2 088,10	**9 015,45**	*Energia kJ*	2 986,15	1 027,00	3 080,60	439,50	1 949,05	**9 482,30**	*Energia kJ*	2 710,45	1 027,00	2 914,20	1 812,40	**8464,85**		
Energia kcal	716,40	172,50	707,80	488,10	**2 084,80**	*Energia kcal*	497,00	172,50	707,80	470,50	**1 847,80**	*Energia kcal*	712,10	244,50	695,80	497,30	**2 149,70**	*Energia kcal*	745,05	345,50	735,60	105,00	464,15	**2 395,30**	*Energia kcal*	646,20	244,50	695,80	431,40	**2017,9**		
Tłuszcz	29,97	6,55	21,79	10,79	**69.09**	*Tłuszcz*	23,50	6,55	21,79	11,03	**62.86**	*Tłuszcz*	29,68	8,05	24,19	10,62	**72,54**	*Tłuszcz*	33,36	12,35	27,39	2,70	14,11	**89.90**	*Tłuszcz*	22,33	8,05	24,19	3,27	**57.84**		
Kw. nasycone	14,01	3,88	5,05	5,80	**31.74**	*Kw. nasycone*	11,44	3,88	8,05	5,85	**29,21**	*Kw. nasycone*	13,95	4,77	9,22	5,77	**33,71**	*Kw. nasycone*	16,47	7,35	10,26	1,65	8,30	**44.03**	*Kw. nasycone*	8,93	4,77	9,22	0,74	**23.65**		
Węglowodany	86,51	10,55	113,26	74,33	**284,64**	*Węglowodany*	49,82	10,55	113,26	63,69	**237,31**	*Węglowodany*	87,74	25,75	102,46	80,50	**296,44**	*Węglowodany*	87,79	29,05	103,32	14,85	63,94	**298,94**	*Węglowodany*	84,51	25,75	102,46	80,39	**293.11**		
Cukry	16,98	9,60	18,72	8,87	**54.17**	*Cukry*	10,90	9,60	18,72	11,54	**50,76**	*Cukry*	13,88	18,65	14,52	6,82	**53,87**	*Cukry*	13,93	21,95	14,70	6,90	6,66	**64.14**	*Cukry*	13,77	18,65	14,52	6,71	**53.65**		
Białko	26,91	18,75	24,05	20,71	**90,42**	*Białko*	16,62	18,75	24,05	19,99	**79,41**	*Białko*	26,98	18,75	24,35	21,12	**91,20**	*Białko*	27,04	31,05	26,49	4,80	18,97	**108,34**	*Białko*	26,87	18,75	24,35	20,76	**90,73**		
Sól	2,06	0,94	0,80	3,05	**6,85**	*Sól*	1,75	0,94	0,80	3,06	**6,54**	*Sól*	2,06	0,94	0,64	3,05	**6,69**	*Sól*	2,07	1,57	0,66	0,16	2,98	**7,44**	*Sól*	2,04	0,94	0,64	2,96	**6,58**		
Błonnik	8,95	0,95	18,20	8,35	**36,45**	*Błonnik*	7,83	0,95	18,20	9,63	**36,61**	*Błonnik*	7,86	1,60	15,50	1,60	**26,56**	*Błonnik*	7,86	1,60	15,68	0,15	7,35	**32,64**	*Błonnik*	7,86	1,60	15,50	7,45	**32,41**		
Sód	824,15	375,50	318,40	1 221,35	**2 739,40**	*Sód*	700,95	603,50	303,40	1 222,15	**2 830,00**	*Sód*	7,86	1,60	15,50	1,60	**26,56**	*Sód*	827,50	627,00	265,60	63,00	**1 783,10**	**3 566,20**	*Sód*	815,50	0,04	255,40	1 185,10	**2 256,04**		

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 os

07.10.26 r.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 13.10.2026

3 dzień wtorek

DIETA PODSTAWOWA (D01)		DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)		DIETA ŁATWOSTRAWNA, DIETA PAPKOWATA i PRZETARTA (D02) i (D11, D10)		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)		DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)		ALERGENY
ŚNIADANIE	***Ilość g/ml***		***Ilość g/ml***		***Ilość g/ml***		***Ilość g/ml***		***Ilość g/ml***	
Kasza manna na mleku	180	Kasza manna na mleku	0	Kasza manna na mleku	180	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	Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	0	7
Chleb pszenny	60	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	90	Chleb pszenny	90	Chleb pszenny	90	1
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
Szynka z piersi kurczaka	50	Szynka z piersi kurczaka	50	Ser twarogowy półtłusty w kawałku	50	Ser twarogowy półtłusty w kawałku	100	Szynka z piersi kurczaka	50	7,8,9,10
Ser twarogowy półtłusty	60	Ser twarogowy półtłusty	60	Ser twarogowy półtłusty	60	Ser twarogowy półtłusty	30	Ser twarogowy półtłusty	30	7
Dżem truskawkowy niskosłodzony	30	Ser twarogowy półtłusty	40	Dżem truskawkowy niskosłodzony	30	Dżem truskawkowy niskosłodzony	30	Dżem truskawkowy niskosłodzony	30	
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	
Ogórek	50	Ogórek	50	Ogórek	0	Ogórek	0	Ogórek	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	
Jabłko	100	Jabłko	100	Jabłko pieczone	100	Jabłko pieczone	100	Jabłko pieczone	100	7
OBIAD		**OBIAD**		**OBIAD**		**OBIAD**		**OBIAD**		
Rosół drobiowy z makaronem	300	Rosół drobiowy z makaronem	300	Rosół drobiowy z makaronem	300	Rosół drobiowy z makaronem	300	Rosół drobiowy z makaronem	300	1 7,9
Udko z kurczaka duszone	120	Udko z kurczaka duszone	120	Udko z kurczaka duszone	120	Udko z kurczaka duszone	120	Udko z kurczaka duszone	120	
Ziemniaki późne	300	Ziemniaki późne	300	Ziemniaki późne	300	Ziemniaki późne	300	Ziemniaki późne	300	
Sałata zielona ze śmietaną	150	Sałata zielona ze śmietaną	150	Sałata zielona ze śmietaną	150	Sałata zielona ze śmietaną	150	Sałata zielona ze śmietaną	150	
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
Szynka wieprzowa gotowana	40	Szynka wieprzowa gotowana	40	Szynka wieprzowa gotowana	40	Szynka wieprzowa gotowana	60	Szynka wieprzowa gotowana	40	8,9,10,12
Paprykarz szczeciński	40	Paprykarz szczeciński	40	Paprykarz szczeciński	40	Paprykarz szczeciński	40	Paprykarz szczeciński	40	4,8,9,10,12
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		Ś	II	O	K	RAZEM		Ś	II	O	K	RAZEM		Ś	II	O	P	K	RAZEM		Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	***29,242387***	***8,233861***	***36,26309***	***26,26066***	***100***	***Procentowy rozkład energii***	***24,89268***	***8,847241***	***38,96451***	***27,29557***	***100***	***Procentowy rozkład energii***	***29,15845***	***10,1437***	***34,953508***	***25,74434***	***100***	***Procentowy rozkład energii***	***29,07533***	***12,73341***	***31,80361***	***2,756057***	***23,6315857***	***100***	***Procentowy rozkład energii***	***25,66684***	***11,13287***	***38,36202***	***24,85826***	***100***
Energia kJ	2 523,20	709,00	3 123,60	2 264,90	**8 620,70**	***Energia kJ***	2 001,50	709,00	3 123,60	2 196,90	**8 031,00**	***Energia kJ***	2 606,55	907,00	3 123,60	2 299,80	**8 936,95**	***Energia kJ***	2 606,55	907,00	3 123,60	271,50	2 319,35	**9 228,00**	***Energia kJ***	2 090,85	907,00	3 123,60	2 024,10	**8145,55**
Energia kcal	600,20	169,00	744,30	539,00	**2 052,50**	***Energia kcal***	475,50	169,00	744,30	521,40	**1 910,20**	***Energia kcal***	620,90	216,00	744,30	548,20	**2 129,40**	***Energia kcal***	680,45	298,00	744,30	64,50	553,05	**2 340,30**	***Energia kcal***	497,60	216,00	744,30	482,30	**1940,2**
Tłuszcz	16,23	3,25	14,55	19,10	**53,12**	***Tłuszcz***	14,45	3,25	14,55	19,34	**51,58**	***Tłuszcz***	17,89	4,45	14,55	18,93	**55,82**	***Tłuszcz***	22,51	6,35	14,55	0,15	25,85	**69,40**	***Tłuszcz***	7,38	4,45	14,55	11,58	**37,96**
Kw. nasycone	9,32	1,75	5,57	8,33	**24,96**	***Kw. nasycone***	8,24	1,75	5,57	8,38	**23,93**	***Kw. nasycone***	10,55	2,61	5,57	8,30	**27,03**	***Kw. nasycone***	13,62	3,75	5,57	0,02	12,03	**34,99**	***Kw. nasycone***	3,43	2,61	5,57	3,27	**14,88**
Węglowodany	82,45	30,25	112,33	74,58	**299,60**	***Węglowodany***	47,87	30,25	112,33	63,94	**254,38**	***Węglowodany***	87,28	38,95	112,33	80,75	**319,30**	***Węglowodany***	88,07	51,05	112,33	16,95	64,21	**332,60**	***Węglowodany***	71,95	38,95	112,33	80,64	**303,87**
Cukry	26,10	16,85	12,42	7,92	**63.28**	***Cukry***	11,64	16,85	12,42	10,59	**51.50**	***Cukry***	25,85	20,75	12,42	5,87	**64,89**	***Cukry***	26,64	25,45	12,42	14,85	5,83	**85,19**	***Cukry***	22,88	20,75	12,42	5,76	**61.81**
Białko	34,27	6,40	46,20	19,89	**106,76**	***Białko***	36,26	6,40	46,20	19,17	**108,03**	***Białko***	33,39	6,30	46,20	20,30	**106,19**	***Białko***	37,19	10,30	46,20	0,60	21,35	**115,63**	***Białko***	28,92	6,30	46,20	19,94	**101,36**
Sól	2,50	0,23	1,04	4,43	**8,20**	***Sól***	2,42	0,23	1,04	4,43	**8,12**	***Sól***	1,38	0,23	1,04	4,43	**7,08**	***Sól***	1,41	0,37	1,04	0,11	4,36	**7,30**	***Sól***	2,44	0,23	1,04	4,34	**8,05**
Błonnik	6,68	2,00	8,55	8,63	**25,86**	***Błonnik***	7,04	2,00	8,55	9,91	**27,50**	***Błonnik***	6,34	1,60	8,55	1,88	**18,37**	***Błonnik***	6,34	1,60	8,55	1,95	7,20	**25,64**	***Błonnik***	6,34	1,60	8,55	7,73	**24,22**
Sód	1 001,75	90,50	417,00	1 770,85	**3 280,10**	***Sód***	969,25	935,50	402,00	1 771,65	**4 078,40**	***Sód***	6,34	1,60	8,55	1,88	**18,37**	***Sód***	565,40	149,50	417,00	43,50	**1 175,40**	**2 350,80**	***Sód***	975,90	3,36	417,00	1 734,60	**3 130,86**

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

07.10.2026r.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 14.10.2026

4 dzień środa

DIETA PODSTAWOWA (D01)		DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)		DIETA ŁATWOSTRAWNA, DIETA PAPKOWATA i PRZETARTA (D02) i (D11, D10)		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)		DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)		ALERGENY
ŚNIADANIE	*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*	
Płatki owsiane	30	Płatki owsiane	0	Płatki owsiane	30	Płatki owsiane	30	Płatki owsiane	30	1
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	0	Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	7
Chleb pszenny	60	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	90	Chleb pszenny	90	Chleb pszenny	120	1
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
Kiełbasa szynkowa	40	Kiełbasa szynkowa	40	Kiełbasa szynkowa	40	Kiełbasa szynkowa	30	Kiełbasa szynkowa	40	7,8,9,10
Serek chudy jogurtowy	60	Serek chudy jogurtowy	40	Serek chudy jogurtowy	60	Serek chudy jogurtowy	60	Serek chudy jogurtowy	60	7
Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	5	Cytryna	5	Cytryna	0	Cytryna	0	Cytryna	0	
Pomidor	100	Pomidor	100	Pomidor bez skórki	50	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	
Pomidor	0	Pomidor	0	Pomidor	0	Pomidor	0	Pomidor	0	
Sałata	20	Sałata	20	Sałata	20	Sałata	20	Sałata	20	
II ŚNIADANIE		**II ŚNIADANIE**		**II ŚNIADANIE**		**II ŚNIADANIE**		**II ŚNIADANIE**		
Serek grani naturalny	150	Serek grani naturalny	150	Serek grani naturalny	150	Serek grani naturalny	150	Serek grani naturalny	150	7
Kiwi	40	Kiwi	40	Banan	100	Banan	100	Banan	100	
OBIAD		**OBIAD**		**OBIAD**		**OBIAD**		**OBIAD**		
Zupa pomidorowa z ryżem	300	Zupa pomidorowa z ryżem	300	Zupa pomidorowa z ryżem	300	Zupa pomidorowa z ryżem	300	Zupa pomidorowa z ryżem	300	7
Pieczeń rzymska	100	Pieczeń rzymska	100	Pieczeń rzymska	100	Pieczeń rzymska	100	Pieczeń rzymska	100	1,3,6
Ziemniaki późne	300	Ziemniaki późne	300	Ziemniaki późne	300	Ziemniaki późne	300	Ziemniaki późne	300	
Fasolka szparagowa z oliwą	150	Fasolka szparagowa z oliwą	150	Fasolka szparagowa z oliwą	150	Fasolka szparagowa z oliwą	150	Fasolka szparagowa z oliwą	150	9
Sos jarzynowy	30	Sos jarzynowy	30	Sos jarzynowy	30	Sos jarzynowy	30	Sos jarzynowy	0	1,7
Kompot z jabłek bez cukru	300	Kompot z jabłek bez cukru	300	Kompot z jabłek bez cukru	300	Kompot z jabłek bez cukru	300	Kompot z jabłek bez cukru	300	
PODWIECZOREK		**PODWIECZOREK**		**PODWIECZOREK**		**PODWIECZOREK**		**PODWIECZOREK**		
Chrupki kukurydziane	0	Chrupki kukurydziane	0	Chrupki kukurydziane	0	Chrupki kukurydziane	50	Chrupki kukurydziane	0	
KOLACJA		**KOLACJA**		**KOLACJA**		**KOLACJA**		**KOLACJA**		
Chleb pszenny	80	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	130	Chleb pszenny	130	Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	50	Chleb żytni pełnoziarnisty	130	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	15	Masło śmietankowe	0	7
Sałatka z tuńczykiem	80	Sałatka z tuńczykiem	80	Sałatka z tuńczykiem	80	Sałatka z tuńczykiem	80	Sałatka z tuńczykiem	80	3,7, 9
Pomidor	100	Pomidor	100	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	
Cytryna	5	Cytryna	5	Cytryna	0	Cytryna	0	Cytryna	0	
Jaja gotowane	60	Jaja gotowane	60	Jaja gotowane	60	Jaja gotowane	60	Serek twarogowy ziarnisty	40	
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		Ś	II	O	K	RAZEM		Ś	II	O	K	RAZEM		Ś	II	O	P	K	RAZEM		Ś	II	O	K	RAZEM	
Procentowy rozkład energii	*26,762509*	*6,79532*	*38,32837*	*28,1138*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*19,01592*	*7,592861*	*42,82682*	*30,5644*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*25,76605*	*9,601737*	*37,062704*	*27,54951*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*22,9769*	*8,15979*	*31,49679*	*6,244013*	*31,1225833*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*27,23677*	*9,888645*	*37,51236*	*25,36223*	*100*	
Energia kJ	2 606,10	657,60	3 727,40	2 736,10	**9 727,20**	*Energia kJ*	1 664,10	657,60	3 727,40	2 668,10	**8 717,40**	*Energia kJ*	2 592,00	963,00	3 727,40	2 771,00	**10 053,40**	*Energia kJ*	2 592,00	963,00	3 082,40	737,00	3 678,45	**11 052,85**	*Energia kJ*	2 661,20	963,00	3 018,50	2 476,90	**9119,6**	
Energia kcal	619,90	157,40	887,80	651,20	**2 316,30**	*Energia kcal*	394,20	157,40	887,80	633,60	**2 073,00**	*Energia kcal*	617,20	230,00	887,80	660,40	**2 395,40**	*Energia kcal*	647,65	230,00	887,80	176,00	877,25	**2 818,70**	*Energia kcal*	633,50	230,00	872,50	589,90	**2325,9**	
Tłuszcz	21,57	6,20	28,26	23,26	**79,29**	*Tłuszcz*	15,14	6,20	28,26	23,50	**73,10**	*Tłuszcz*	21,36	6,30	28,26	23,10	**79,02**	*Tłuszcz*	24,74	6,30	28,26	1,50	39,05	**99,85**	*Tłuszcz*	14,53	6,30	27,75	13,79	**62,37**	
Kw. nasycone	11,58	4,25	13,28	8,66	**37,76**	*Kw. nasycone*	8,48	4,25	13,28	8,70	**34,71**	*Kw. nasycone*	11,53	4,32	13,28	8,62	**37,75**	*Kw. nasycone*	13,93	4,32	13,28	0,18	14,99	**46,70**	*Kw. nasycone*	6,59	4,32	13,00	3,55	**27,45**	
Węglowodany	82,55	9,16	139,81	78,72	**310,24**	*Węglowodany*	45,68	9,16	139,81	68,08	**262,73**	*Węglowodany*	84,26	27,10	139,81	84,90	**336,07**	*Węglowodany*	85,80	27,10	139,81	39,45	85,98	**378,14**	*Węglowodany*	100,37	27,10	137,35	86,09	**350,91**	
Cukry	15,06	7,60	16,85	6,62	**46,13**	*Cukry*	8,39	7,60	16,85	9,29	**42,13**	*Cukry*	12,53	22,50	16,85	4,57	**56,45**	*Cukry*	13,69	22,50	16,85	0,15	5,66	**58,84**	*Cukry*	13,87	22,50	16,85	5,76	**58,98**	
Białko	28,92	16,26	29,97	34,08	**109,23**	*Białko*	17,17	16,26	29,97	33,36	**96,76**	*Białko*	28,70	16,90	29,97	34,49	**110,06**	*Białko*	27,91	16,90	29,97	4,45	51,84	**131,06**	*Białko*	31,08	16,90	29,55	36,01	**113,54**	
Sól	2,18	1,05	1,00	3,67	**7,90**	*Sól*	1,98	1,05	1,00	3,67	**7,71**	*Sól*	2,17	1,05	1,00	3,67	**7,88**	*Sól*	1,99	1,05	1,00	0,02	3,60	**7,65**	*Sól*	2,50	1,05	0,67	4,22	**8,43**	
Błonnik	8,18	0,84	15,45	14,02	**38,49**	*Błonnik*	7,07	0,84	15,45	15,30	**38,66**	*Błonnik*	7,00	1,70	15,45	7,27	**31,42**	*Błonnik*	7,60	1,70	15,45	3,80	12,87	**41,42**	*Błonnik*	8,95	1,70	15,45	13,12	**39,22**	
Sód	870,65	421,60	400,30	1 466,85	**3 159,40**	*Sód*	772,85	921,10	397,30	1 467,65	**3 578,90**	*Sód*	7,00	1,70	15,45	7,27	**31,42**	*Sód*	794,10	421,00	400,30	6,00	**1 621,40**	**3 242,80**	*Sód*	998,30	3,22	266,50	1 687,00	**2 955,02**	

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

07.10.26 r. Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 15.10.2026

5 dzień czwartek

DIETA PODSTAWOWA (D01)		DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)		DIETA ŁATWOSTRAWNA, DIETA PAPKOWATA i PRZETARTA (D02) i (D11, D10)		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)		DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)		ALERGENY
ŚNIADANIE	*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*	
Płatki jęczmienne	30	Płatki jęczmienne	0	Płatki jęczmienne	30	Płatki jęczmienne	30	Płatki jęczmienne	30	1
Mleko spożywcze 2% tłuszczu	150	Mleko spożywcze 2% tłuszczu	0	Mleko spożywcze 2% tłuszczu	150	Mleko spożywcze 2% tłuszczu	0	Mleko spożywcze 2% tłuszczu	150	7
Chleb pszenny	60	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	90	Chleb pszenny	60	Chleb pszenny	130	1
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
Kiełbasa szynkowa	40	Kiełbasa szynkowa	40	Kiełbasa szynkowa	40	Kiełbasa szynkowa	30	Kiełbasa szynkowa	30	7,8,9,10
Jaja gotowane	120	Jaja gotowane	40	Jaja gotowane	120	Jaja gotowane	120	Jaja gotowane	60	7,8,9,10
Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	5	Cytryna	5	Cytryna	0	Cytryna	0	Cytryna	0	
Pomidor	100	Pomidor	100	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	
Pomidor	0	Pomidor	0	Pomidor	0	Pomidor	0	Pomidor	0	
Sałata	35	Sałata	35	Sałata	15	Sałata	15	Sałata	15	
II ŚNIADANIE		**II ŚNIADANIE**		**II ŚNIADANIE**		**II ŚNIADANIE**		**II ŚNIADANIE**		
Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150	Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150	Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150	Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150	Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150	7
Jabłko pieczone	100	Jabłko pieczone	100	Jabłko pieczone	100	Jabłko pieczone	100	Jabłko pieczone	100	
OBIAD		**OBIAD**		**OBIAD**		**OBIAD**		**OBIAD**		
Zupa ogórkowa	300	Zupa ogórkowa	300	Zupa ogórkowa	300	Zupa ogórkowa	300	Zupa ogórkowa	300	1 7,9
Potrawka z kurczaka z warzywami	150	Potrawka z kurczaka z warzywami	150	Potrawka z kurczaka z warzywami	150	Potrawka z kurczaka z warzywami	120	Potrawka z kurczaka z warzywami	100	1, 6
Ryż pełnoziarnisty ugotowany	220	Ryż pełnoziarnisty ugotowany	220	Ryż pełnoziarnisty ugotowany	280	Ryż pełnoziarnisty ugotowany	220	Ryż pełnoziarnisty ugotowany	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	
PODWIECZOREK		**PODWIECZOREK**		**PODWIECZOREK**		**PODWIECZOREK**		**PODWIECZOREK**		
Banan	0	Banan	0	Banan	0	Banan	100	Banan	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
Sałatka z dorszem pieczonym z sosem winegret	80	Sałatka z dorszem pieczonym z sosem winegret	80	Sałatka z dorszem pieczonym z sosem winegret	80	Sałatka z dorszem pieczonym z sosem winegret	80	Sałatka 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	Ś	II	O	K	RAZEM		Ś	II	O	K	RAZEM		Ś	II	O	K	RAZEM		Ś	II	O	P	K	RAZEM		Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*29,553712*	*8,208118*	*37,4344*	*24,80377*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*19,47109*	*9,48924*	*43,27716*	*27,76251*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*30,00125*	*7,622142*	*38,96039*	*23,41622*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*27,40972*	*8,472222*	*37,51389*	*4,398148*	*22,2060185*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*32,14286*	*8,668056*	*37,61368*	*21,57541*	*100*
Energia kJ	2 769,75	770,50	3 499,60	2 320,10	**9 359,95**	*Energia kJ*	1 585,65	770,50	3 499,60	2 252,10	**8 107,85**	*Energia kJ*	3 025,25	770,50	3 921,40	2 355,00	**10 072,15**	*Energia kJ*	3 025,25	770,50	2 752,60	399,00	2 008,75	**8 956,10**	*Energia kJ*	2 850,95	770,50	2 684,60	1 908,10	**8214,15**
Energia kcal	658,90	183,00	834,60	553,00	**2 229.50**	*Energia kcal*	375,50	183,00	834,60	535,40	**1 928.50**	*Energia kcal*	720,30	183,00	935,40	562,20	**2 400,90**	*Energia kcal*	592,05	183,00	810,30	95,00	479,65	**2 160.00**	*Energia kcal*	678,60	183,00	794,10	455,50	**2111.2**
Tłuszcz	23,79	4,60	13,78	17,46	**59,62**	*Tłuszcz*	13,81	4,60	13,78	17,70	**49,88**	*Tłuszcz*	23,94	4,60	14,44	17,29	**60,27**	*Tłuszcz*	23,80	4,60	12,82	0,30	18,79	**60,30**	*Tłuszcz*	12,19	4,60	12,19	8,18	**37,16**
Kw. nasycone	10,69	2.69	5,98	7,45	**26.79**	*Kw. nasycone*	6,81	2,69	5,98	7.49	**22.96**	*Kw. nasycone*	10,83	2,69	6,10	7,41	**27,02**	*Kw. nasycone*	11,36	2,69	5,61	0,12	9,21	**28,99**	*Kw. nasycone*	4,33	2.69	5,37	1,73	**14.11**
Węglowodany	84,66	30,10	144,49	77,22	**336.46**	*Węglowodany*	45,11	30,10	144,49	66,58	**286,27**	*Węglowodany*	89,70	30,10	165,31	83,39	**368.49**	*Węglowodany*	65,28	30,10	143,22	23,50	66,09	**328.18**	*Węglowodany*	110,63	30,10	142,37	82,72	**365.82**
Cukry	15.70	19,70	17,65	9,84	**62,88**	*Cukry*	7,62	19,70	17,65	12.51	**57,47**	*Cukry*	16,13	19,70	17,77	7,79	**61,38**	*Cukry*	8,48	19,70	17,20	19,50	6,99	**71,87**	*Cukry*	16,07	19,70	16,91	7,12	**59,80**
Białko	32,64	6,75	29,03	28,89	**97,31**	*Białko*	16,22	6,75	29,03	28,17	**80,17**	*Białko*	44,47	6,75	31,37	29,30	**111.89**	*Białko*	36,09	6,75	26,38	1,00	21,39	**91,60**	*Białko*	39,90	6,75	24,61	23,26	**94,52**
Sól	2,92	0,24	1,56	4,58	**9,30**	*Sól*	2,05	0,24	1,56	4,58	**8,43**	*Sól*	2,98	0,24	1,57	4,58	**9,37**	*Sól*	2,28	0,24	1,44	0,00	4,51	**8,47**	*Sól*	3,05	0,24	1,36	3,38	**8,03**
Błonnik	9,20	1,60	29,04	8,99	**48.83**	*Błonnik*	7,28	1,60	29,04	10,27	**48,19**	*Błonnik*	8,34	1,60	34,26	2,24	**46,44**	*Błonnik*	6,99	1,60	28,74	1,70	7,10	**46.13**	*Błonnik*	10,14	1,60	28,54	8,09	**48.37**
Sód	1 168,85	96,50	623,60	1 831,25	**3 720.20**	*Sód*	818,65	906,70	620,60	1 832,05	**4 178.00**	*Sód*	8,34	1,60	34,26	2,24	**46,44**	*Sód*	912,40	96,50	576,80	1,00	**1 586.70**	**3 173.40**	*Sód*	1 219,70	3,07	545,60	1 350,20	**3 118.57**

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

07.10.26r.

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 16.10.2026

6 dzień piątek

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA (1)	Ilość g/ml	DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)	Ilość g/ml	DIETA ŁATWOSTRAWNA, DIETA PAPKOWATA i PRZETARTA (2) i (12)	Ilość g/ml	DIETA BOGATOBIAŁKOWA (9)	Ilość g/ml	DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)	Ilość g/ml	ALERGENY
Makaron na mleku	180	Makaron na mleku	0	Makaron na mleko	180	Makaron na mleku	180	Makaron na mleku	180	1,3
Chleb pszenny	60	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	90	Chleb pszenny	90	Chleb pszenny	90	1
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
Polędwica z piersi kurczaka	60	Polędwica z piersi kurczaka	60	Polędwica z piersi kurczaka	60	Polędwica z piersi kurczaka	30	Polędwica z piersi kurczaka	60	7,8,9,10
Serek śmietanowy z chrzanem	60	Serek śmietanowy z chrzanem	40	Serek chudy jogurtowy	60	Serek chudy jogurtowy	60	Serek chudy jogurtowy	60	7
Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	5	Cytryna	5	Cytryna	0	Cytryna	0	Cytryna	0	
Pomidor	100	Pomidor	100	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	
Papryka czerwona	50	Papryka czerwona	50	Papryka czerwona	0	Papryka czerwona	0	Papryka czerwona	0	
Sałata	0	Sałata	0	Sałata	35	Sałata	35	Sałata	35	
II ŚNIADANIE		**II ŚNIADANIE**		**II ŚNIADANIE**		**II ŚNIADANIE**		**II ŚNIADANIE**		
Śliwki	50	Śliwki	50	Jabłko pieczone	100	Jabłko pieczone	100	Jabłko pieczone	100	
Kefir 2% tłuszczu	150	Kefir 2% tłuszczu	150	Kefir 2% tłuszczu	150	Kefir 2% tłuszczu	150	Kefir 2% tłuszczu	150	7
OBIAD		**OBIAD**		**OBIAD**		**OBIAD**		**OBIAD**		
Krupnik z kaszy jęczmiennej I	300	Krupnik z kaszy jęczmiennej I	300	Krupnik z kaszy jęczmiennej I	300	Krupnik z kaszy jęczmiennej I	300	Krupnik z kaszy jęczmiennej I	300	1 7,9
Dorsz w jarzynach	120	Dorsz w jarzynach	120	Dorsz w jarzynach	120	Dorsz w jarzynach	120	Dorsz w jarzynach	100	1,3, 6
Ziemniaki wczesne	300	Ziemniaki wczesne	300	Ziemniaki wczesne	300	Ziemniaki wczesne	300	Ziemniaki wczesne	300	
Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora, ogórka kiszonego	150	Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora, ogórka kiszonego	150	Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora, ogórka kiszonego	150	Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora, ogórka kiszonego	150	Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora, ogórka kiszonego	150	
Sos pomidorowy	30	Sos pomidorowy	30	Sos pomidorowy	30	Sos pomidorowy	30	Sos pomidorowy	0	
Woda niegazowana	300	Woda niegazowana	300	Woda niegazowana	300	Woda niegazowana	300	Woda niegazowana	300	
PODWIECZOREK		**PODWIECZOREK**		**PODWIECZOREK**		**PODWIECZOREK**		**PODWIECZOREK**		
Jogurt bananowy 1,5% tłuszczu	0	Jogurt bananowy 1,5% tłuszczu	0	Jogurt bananowy 1,5% tłuszczu	0	Jogurt bananowy 1,5% tłuszczu	150	Jogurt bananowy 1,5% tłuszczu	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
Szynka kanapkowa	40	Szynka kanapkowa	40	Szynka kanapkowa	40	Szynka kanapkowa	40	Szynka kanapkowa	40	7,8,9,10
Sałatka makaronowa z kurczakiem	80	Sałatka makaronowa z kurczakiem	80	Sałatka makaronowa z kurczakiem	80	Sałatka makaronowa z kurczakiem	80	Sałatka makaronowa z kurczakiem	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	2 665,40	412,50	2 224,20	2 576,90	**7 879,00**
Energia kcal	634,60	99,00	529,80	613,00	**1 876,40**
Tłuszcz	27,83	3,10	10,20	21,94	**63,06**
Kw. nasycone	17,04	1,81	2,36	7,84	**29,05**
Węglowodany	71,00	12,90	87,66	82,90	**254,45**
Cukry	14,50	12,10	15,09	7,82	**49,51**
Białko	28,85	5,40	31,50	23,46	**89,22**
Sól	2,33	0,15	0,91	3,64	**7,02**
Błonnik	7,79	0,80	10,68	8,16	**27,43**

	Ś	II	O	K	RAZEM
	1 914,20	412,50	2 224,20	2 508,90	**7 059,80**
	454,00	99,00	529,80	595,60	**1 678,20**
	19,27	3,10	10,20	22,18	**54,74**
	11,63	1,81	2,36	7,89	**23,68**
	47,12	12,90	87,66	72,26	**219,93**
	10,14	12,10	15,09	10,49	**47,82**
	21,90	5,40	31,50	22,74	**81,54**
	2,19	0,15	0,91	3,64	**6,89**
	8,19	0,80	10,68	9,44	**29,11**

	Ś	II	O	K	RAZEM
	2 985,15	709,00	2 224,20	2 611,80	**8 530,15**
	711,90	169,50	529,80	622,20	**2 033,40**
	29,46	4,60	10,20	21,77	**66,03**
	14,49	2,69	2,36	7,81	**27,34**
	72,83	27,85	87,66	89,07	**277,41**
	12,00	20,75	15,09	5,77	**53,61**
	44,71	5,40	31,50	23,87	**105,48**
	2,73	0,15	0,91	3,63	**7,42**
	6,10	1,60	10,68	1,41	**19,79**

	Ś	II	O	P	K	RAZEM
	2 985,15	709,00	2 224,20	438,00	2 436,75	**8 793,10**
	586,15	169,50	529,80	105,00	580,45	**1 970,90**
	23,66	4,60	10,20	2,25	25,03	**65,73**
	14,10	2,69	2,36	1,38	10,26	**30,79**
	72,28	27,85	87,66	15,60	72,33	**275,72**
	11,45	20,75	15,09	14,85	5,53	**67,67**
	26,89	5,40	31,50	5,55	21,63	**90,97**
	1,88	0,15	0,91	72,00	3,57	**78,50**
	6,10	1,60	10,68	1,38	7,70	**27,46**

	Ś	II	O	K	RAZEM
Energia kJ	2 162,25	709,00	2 085,00	2 336,10	**7292,35**
Energia kcal	515,20	169,50	496,50	556,30	**1737,5**
Tłuszcz	12,99	4,60	8,80	14,42	**40,81**
Kw. nasycone	6,64	2,69	1,93	2,78	**14,03**
Węglowodany	69,30	27,85	85,50	88,96	**271,61**
Cukry	11,29	20,75	14,70	5,66	**52,40**
Białko	32,84	5,40	28,05	23,51	**89,80**
Sól	2,38	0,15	0,60	3,55	**6,67**
Błonnik	6,10	1,60	9,95	7,26	**24,91**

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

07.10.26. Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 17.10.2026

7 dzień sobota

DIETA PODSTAWOWA (D01)		DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)		DIETA LATWOSTRAWNA, DIETA PAPKOWATA i PRZETARTA (D02) i (D11, D10)		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)		DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)		ALERGENY
ŚNIADANIE	*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*	
Płatki orkiszowe pełnoziarniste	30	Płatki orkiszowe pełnoziarniste	0	Płatki orkiszowe pełnoziarniste	30	Płatki orkiszowe pełnoziarniste	30	Płatki orkiszowe pełnoziarniste	30	1
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	0	Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	7
Chleb pszenny	60	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	90	Chleb pszenny	120	Chleb pszenny	120	1
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
Jaja gotowane	120	Jaja gotowane	120	Jaja gotowane	120	Jaja gotowane	30	Jaja gotowane	60	3
Szynka z indyka	60	Szynka z indyka	40	Szynka z indyka	60	Szynka z indyka	60	Szynka z indyka	60	7,8,9,10
Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	5	Cytryna	5	Cytryna	0	Cytryna	0	Cytryna	0	
Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	
Ogórek	50	Ogórek	50	Ogórek	0	Ogórek	0	Ogórek	0	
Sałata	35	Sałata	35	Sałata	35	Sałata	35	Sałata	35	
II ŚNIADANIE		**II ŚNIADANIE**		**II ŚNIADANIE**		**II ŚNIADANIE**		**II ŚNIADANIE**		
Galaretka z owocami bez cukru	100	Galaretka z owocami bez cukru	100	Galaretka z owocami bez cukru	100	Galaretka z owocami bez cukru	100	Galaretka z owocami bez cukru	100	
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**		
Barszcz biały vege	300	Barszcz biały vege	300	Barszcz biały vege	300	Barszcz biały vege	300	Barszcz biały vege	300	7,9
Sos pomidorowy z mięsem wieprzowym i warzywami	120	Sos pomidorowy z mięsem wieprzowym i warzywami	120	Sos pomidorowy z mięsem wieprzowym i warzywami	120	Sos pomidorowy z mięsem wieprzowym i warzywami	120	Sos pomidorowy z mięsem wieprzowym i warzywami	100	1,9
Makaron gotowany pełnoziarnisty	230	Makaron gotowany pełnoziarnisty	230	Makaron gotowany jasny	230	Makaron gotowany jasny	230	Makaron gotowany jasny	230	1
Brokuły gotowane	120	Brokuły gotowane	120	Brokuły gotowane	120	Brokuły gotowane	120	Brokuły gotowane	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**		
Serek twarogowy homogenizowany waniliowy	0	Serek twarogowy homogenizowany waniliowy	150	Serek twarogowy homogenizowany wan	0	Serek twarogowy homogenizowany waniliowy	150	Serek twarogowy homogenizowany waniliowy	0	
KOLACJA		**KOLACJA**		**KOLACJA**		**KOLACJA**		**KOLACJA**		
Chleb pszenny	80	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	130	Chleb pszenny	130	Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	50	Chleb żytni pełnoziarnisty	130	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	15	Masło śmietankowe	0	7
Ser twarogowy chudy	60	Ser twarogowy chudy	60	Ser twarogowy chudy	60	Ser twarogowy chudy	100	Ser twarogowy chudy	100	7
Pasztet pieczony	0	Pasztet pieczony	40	Pasztet pieczony	40	Pasztet pieczony	40	Pasztet pieczony	40	7,8,9,10
Papryka czerwona	50	Papryka czerwona	50	Pomidor bez skórki	50	Pomidor bez skórki	50	Pomidor bez skórki	50	7,8,9,10
Cytryna	5	Cytryna	5	Cytryna	0	Cytryna	0	Cytryna	0	
Sałata	35	Sałata	35	Sałata	35	Sałata	35	Sałata	35	
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		Ś	II	O	K	RAZEM		Ś	II	O	K	RAZEM		Ś	II	O	P	K	RAZEM		Ś	II	O	K	RAZEM
Procentowy rozkład energii	*31,019189*	*9,150754*	*38,41449*	*21,41557*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*21,97818*	*9,461286*	*39,71809*	*28,84244*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*31,10121*	*10,90538*	*29,323867*	*28,66954*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*27,4591*	*9,493032*	*25,52616*	*9,634417*	*27,8872955*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*29,93171*	*11,46341*	*29,75122*	*28,85366*	*100*
Energia kJ	2 794,95	824,50	3 444,90	1 930,15	**8 994,50**	*Energia kJ*	1 918,45	824,50	3 444,90	2 515,75	**8 703,60**	*Energia kJ*	2 816,85	988,50	2 646,80	2 591,15	**9 043,30**	*Energia kJ*	2 816,85	988,50	2 055,80	1 000,50	2 895,00	**9 756,65**	*Energia kJ*	2 580,45	988,50	1 963,80	2 481,45	**8014,2**
Energia kcal	664,40	196,00	822,80	458,70	**2 141,90**	*Energia kcal*	455,30	196,00	822,80	597,50	**2 071,60**	*Energia kcal*	670,20	235,00	631,90	617,80	**2 154,90**	*Energia kcal*	679,75	235,00	631,90	238,50	690,35	**2 475,50**	*Energia kcal*	613,60	235,00	609,90	591,50	**2050**
Tłuszcz	22,26	3,20	14,08	9,96	**49,49**	*Tłuszcz*	18,88	3,20	14,08	22,68	**58,83**	*Tłuszcz*	22,20	4,60	11,55	22,12	**60,47**	*Tłuszcz*	19,46	4,60	11,55	6,30	26,00	**67,90**	*Tłuszcz*	10,71	4,60	10,27	14,97	**40,55**
Kw. nasycone	10,07	1,83	3,48	5,54	**20,92**	*Kw. nasycone*	8,30	1,83	3,48	10,80	**24,40**	*Kw. nasycone*	10,06	2,69	3,14	10,69	**26,57**	*Kw. nasycone*	10,52	1,79	3,14	3,78	13,32	**32,54**	*Kw. nasycone*	3,68	2,69	2,74	5,77	**14,88**
Węglowodany	78,62	24,90	133,61	73,15	**310,28**	*Węglowodany*	43,92	24,90	133,61	67,91	**270,34**	*Węglowodany*	82,49	31,30	109,00	83,23	**306,01**	*Węglowodany*	98,89	31,30	109,00	19,95	84,68	**343,82**	*Węglowodany*	97,80	31,30	107,87	84,52	**321,49**
Cukry	14,21	18,80	18,26	8,33	**59,60**	*Cukry*	7,86	18,80	18,26	13,60	**58,52**	*Cukry*	12,84	20,20	16,88	7,79	**57,70**	*Cukry*	12,74	20,20	16,88	19,95	9,24	**79,01**	*Cukry*	12,73	20,20	16,28	9,08	**58,28**
Białko	38,56	8,55	43,66	21,81	**112,58**	*Białko*	25,60	8,55	43,66	27,89	**105,70**	*Białko*	38,89	8,25	31,47	28,82	**107,43**	*Białko*	32,17	8,25	31,47	25,20	36,55	**133,63**	*Białko*	34,94	8,25	29,83	36,38	**109,40**
Sól	2,56	0,24	0,82	1,63	**5,26**	*Sól*	2,08	0,24	0,82	2,45	**5,60**	*Sól*	2,55	0,24	0,82	2,46	**6,07**	*Sól*	2,66	0,24	0,82	0,15	2,39	**6,26**	*Sól*	2,71	0,24	0,76	2,41	**6,12**
Błonnik	9,57	2,10	34,06	8,24	**53,97**	*Błonnik*	6,93	2,10	34,06	10,44	**53,53**	*Błonnik*	9,34	1,60	23,02	2,01	**35,97**	*Błonnik*	10,69	1,60	23,02	0,00	12,23	**47,54**	*Błonnik*	10,69	1,60	22,20	7,86	**42,35**
Sód	1 023,39	96,50	328,40	653,95	**2 102,24**	*Sód*	832,95	624,10	328,40	981,55	**2 767,00**	*Sód*	9,34	1,60	23,02	2,01	**35,97**	*Sód*	1 062,54	96,50	328,40	60,00	**1 547,44**	**3 094,88**	*Sód*	1 083,54	0,41	304,40	963,40	**2 351,75**

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

07.10.26 r. Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z

JADŁOSPIS DEKADOWY 18.10.2026

8 dzień niedziela

DIETA PODSTAWOWA (D01)		DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)		DIETA ŁATWOSTRAWNA, DIETA PAPKOWATA i PRZETARTA (D02) i (D11, D10)		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)		DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)		ALERGENY
ŚNIADANIE	*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*	
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	0	Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	7
Chleb pszenny	60	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	90	Chleb pszenny	90	Chleb pszenny	90	1
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
Polędwica z piersi kurczaka	60	Polędwica z piersi kurczaka	60	Polędwica z piersi kurczaka	60	Polędwica z piersi kurczaka	30	Polędwica z piersi kurczaka	60	7,8,9,10
Serek śmietanowy z chrzanem	60	Serek śmietanowy z chrzanem	60	Serek chudy jogurtowy	60	Serek chudy jogurtowy	60	Serek chudy jogurtowy	60	7,8,9,10
Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	5	Cytryna	5	Cytryna	0	Cytryna	0	Cytryna	0	
Pomidor	100	Pomidor	100	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	
Papryka czerwona	50	Papryka czerwona	50	Papryka czerwona	0	Papryka czerwona	0	Papryka czerwona	0	
Sałata	0	Sałata	0	Sałata	35	Sałata	35	Sałata	35	
II ŚNIADANIE		**II ŚNIADANIE**		**II ŚNIADANIE**				**II ŚNIADANIE**		
Napój mleczny jogurtowy	150	Napój mleczny jogurtowy	150	Napój mleczny jogurtowy	150	Napój mleczny jogurtowy	150	Napój mleczny jogurtowy	150	7
Brzoskwinia	80	Brzoskwinia	80	Brzoskwinia	80	Brzoskwinia	80	Brzoskwinia	80	
OBIAD		**OBIAD**		**OBIAD**		**OBIAD**		**OBIAD**		
Zupa z soczewicy czerwonej	300	Zupa z soczewicy czerwonej	300	Zupa chłopska z zacierką	300	Zupa chłopska z zacierką	300	Zupa chłopska z zacierką	300	1 7,9
Pulpety drobiowe	120	Pulpety drobiowe	120	Pulpety drobiowe	120	Pulpety drobiowe	120	Pulpety drobiowe	100	1,3, 6
Ziemniaki późne	300	Ziemniaki późne	300	Ziemniaki późne	300	Ziemniaki późne	300	Ziemniaki późne	300	
Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora, ogórka kiszonego	150	Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora, ogórka kiszonego	150	Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora, ogórka kiszonego	150	Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora, ogórka kiszonego	150	Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora, ogórka kiszonego	150	1,7
Sos śmietanowo-koperkowy	30	Sos śmietanowo-koperkowy	30	Sos śmietanowo-koperkowy	30	Sos śmietanowo-koperkowy	30	Sos śmietanowo-koperkowy	0	
Woda niegazowana	300	Woda niegazowana	300	Woda niegazowana	300	Woda niegazowana	300	Woda niegazowana	300	
PODWIECZOREK		**PODWIECZOREK**		**PODWIECZOREK**		**PODWIECZOREK**		**PODWIECZOREK**		
Jogurt bananowy 1,5% tłuszczu	0	Jogurt bananowy 1,5% tłuszczu	0	Jogurt bananowy 1,5% tłuszczu	0	Jogurt bananowy 1,5% tłuszczu	150	Jogurt bananowy 1,5% tłuszczu	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
Szynka kanapkowa	40	Szynka kanapkowa	40	Szynka kanapkowa	40	Szynka kanapkowa	40	Szynka kanapkowa	40	7,8,9,10
Sałatka grecka z sosem winegret	80	Sałatka grecka z sosem winegret	80	Sałatka grecka z sosem winegret	80	Sałatka grecka z sosem winegret	80	Sałatka grecka z sosem winegret	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		Ś	II	O	K	RAZEM		Ś	II	O	K	RAZEM		Ś	II	O	P	K	RAZEM		Ś	II	O	K	RAZEM	
Procentowy rozkład energii	*36,497421*	*7,184748*	*53,41188*	*22,98595*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*29,30594*	*8,008018*	*37,65973*	*25,02631*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*36,80752*	*7,664636*	*30,289223*	*25,23862*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*33,70385*	*7,672733*	*30,32122*	*5,041533*	*23,2606712*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*36,84155*	*8,392416*	*30,59188*	*24,17415*	*100*	
Energia kJ	3 447,50	671,20	3 465,60	2 182,50	**9 766,80**	*Energia kJ*	2 461,40	671,20	3 465,60	2 114,50	**8 712,70**	*Energia kJ*	3 220,05	671,20	2 652,60	2 217,40	**8 761,25**	*Energia kJ*	3 220,05	671,20	2 652,60	438,00	2 042,35	**9 024,20**	*Energia kJ*	2 944,35	671,20	2 448,00	1 941,70	**8005,25**	
Energia kcal	820,90	159,80	751,50	517,00	**2 249,20**	*Energia kcal*	584,80	159,80	751,50	499,40	**1 995,50**	*Energia kcal*	767,40	159,80	631,50	526,20	**2 084,90**	*Energia kcal*	701,95	159,80	631,50	105,00	484,45	**2 082,70**	*Energia kcal*	701,50	159,80	582,50	460,30	**1904,1**	
Tłuszcz	35,93	3,01	14,42	16,84	**70,20**	*Tłuszcz*	28,39	3,01	14,42	17,08	**62,90**	*Tłuszcz*	28,44	3,01	12,08	16,67	**60,21**	*Tłuszcz*	29,51	3,01	12,08	2,25	19,93	**66,78**	*Tłuszcz*	21,09	3,01	10,12	9,32	**43,54**	
Kw. nasycone	19,16	1,73	3,29	8,65	**32,83**	*Kw. nasycone*	14,45	1,73	3,29	8,70	**28,16**	*Kw. nasycone*	13,79	1,73	3,59	8,62	**27,72**	*Kw. nasycone*	14,78	1,73	3,59	1,38	11,08	**32,55**	*Kw. nasycone*	8,76	1,73	2,79	3,59	**16,87**	
Węglowodany	85,28	27,67	115,17	73,47	**301.59**	*Węglowodany*	47,72	27,67	115,17	62.83	**253,39**	*Węglowodany*	86,51	27,67	101,73	79,65	**295.55**	*Węglowodany*	79,06	27,67	101,73	15,60	62,90	**286,96**	*Węglowodany*	83,58	27.67	98,70	79,54	**289,49**	
Cukry	20,86	26,15	18,12	7,76	**72.88**	*Cukry*	10,74	26,15	18,12	10,43	**65,44**	*Cukry*	17,76	26.15	17,25	5,71	**66,87**	*Cukry*	10,31	26,15	17,25	14,85	5,47	**74,03**	*Cukry*	17,65	26,15	16,45	5,60	**65,85**	
Białko	43,65	6,80	47,07	20,70	**118,22**	*Białko*	33,66	6,80	47,07	19,98	**107,51**	*Białko*	47,74	6,80	35,67	21,11	**111,32**	*Białko*	36,58	6,80	35,67	5,55	18,87	**103,47**	*Białko*	47,63	6,80	31,45	20,75	**106,63**	
Sól	2,70	0,23	0,90	2,85	**6,68**	*Sól*	2,52	0,23	0,90	2,86	**6,51**	*Sól*	2,76	0,23	0,72	2,85	**6,56**	*Sól*	2,08	0,23	0,72	0,18	2,78	**5,99**	*Sól*	2,74	0,23	0,34	2,76	**6,07**	
Błonnik	8,39	1,52	22,41	8,67	**40.99**	*Błonnik*	8,19	1,52	22,41	9,95	**42.07**	*Błonnik*	6,70	1,52	9,51	1,92	**19,65**	*Błonnik*	6,70	1,52	9,51	0,30	7,70	**25,73**	*Błonnik*	6,70	1,52	9,45	7,77	**25.44**	
Sód	1 078,34	90,90	360,06	1 141,65	**2 670,95**	*Sód*	1 009,88	1 044,30	345,06	1 142,45	**3 541,69**	*Sód*	6,70	1,52	9,51	1,92	**19,65**	*Sód*	830,70	90,90	288,06	72,00	**1 281,66**	**2 563,32**	*Sód*	1 097,70	4,45	134,80	1 105,40	**2 342,35**	

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

07.10.26. dietet

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 19.10.2026

9 dzień poniedziałek

DIETA PODSTAWOWA (D01)		DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)		DIETA ŁATWOSTRAWNA, DIETA PAPKOWATA i PRZETARTA (D02) i (D11, D10)		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)		DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)		ALERGENY
ŚNIADANIE	*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*	
Płatki ryżowe	30	Płatki ryżowe	0	Płatki ryżowe	30	Płatki ryżowe	30	Płatki ryżowe	30	1
Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	0	Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	Mleko spożywcze 1,5 % tłuszczu	150	7
Chleb pszenny	60	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	90	Chleb pszenny	90	Chleb pszenny	90	1
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 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	
Serek twarogowy z ziołami	60	Serek twarogowy z ziołami	60	Serek twarogowy z ziołami	60	Serek twarogowy z ziołami	60	Serek twarogowy z ziołami	60	7
Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	5	Cytryna	5	Cytryna	0	Cytryna	0	Cytryna	0	
Pomidor	100	Pomidor	100	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	
Rzodkiewka	50	Rzodkiewka	50	Rzodkiewka	0	Rzodkiewka	50	Rzodkiewka	0	
Sałata	0	Sałata	0	Sałata	15	Sałata	15	Sałata	15	
II ŚNIADANIE		**II ŚNIADANIE**		**II ŚNIADANIE**		**II ŚNIADANIE**		**II ŚNIADANIE**		
Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu	150	Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu	150	Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu	150	Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu	150	Maślanka spożywcza 0,5 % tłuszczu	150	7
Banan	80	Banan	80	Banan	80	Banan	80	Banan	80	
OBIAD		**OBIAD**		**OBIAD**		**OBIAD**		**OBIAD**		
Zupa fasolowa	300	Zupa fasolowa	300	Zupa koperkowa	300	Zupa koperkowa	300	Zupa koperkowa	300	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	100	
Makaron gotowany pełnoziarnisty	280	Makaron gotowany pełnoziarnisty	280	Makaron gotowany jasny	280	Makaron gotowany jasny	280	Makaron gotowany jasny	280	1,3,7
Szpinak duszony ze śmietaną	150	Szpinak duszony ze śmietaną	150	Szpinak duszony ze śmietaną	150	Szpinak duszony ze śmietaną	150	Szpinak duszony ze śmietaną	150	7
Kompot wielowocowy bez cukru	300	Kompot wielowocowy bez cukru	300	Kompot wielowocowy bez cukru	300	Kompot wielowocowy bez cukru	300	Kompot wielowocowy bez cukru	300	
PODWIECZOREK		**PODWIECZOREK**		**PODWIECZOREK**		**PODWIECZOREK**		**PODWIECZOREK**		
Serek twarogowy homogenizowany waniliowy	0	Serek twarogowy homogenizowany waniliowy	0	Jogurt bananowy 1,5% tłuszczu	0	Serek twarogowy homogenizowany wanil	100	Serek twarogowy homogenizowany waniliowy	0	7
KOLACJA		**KOLACJA**		**KOLACJA**		**KOLACJA**		**KOLACJA**		
Chleb pszenny	80	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	130	Chleb pszenny	130	Chleb pszenny	130	1,11
Chleb żytni pełnoziarnisty	50	Chleb żytni pełnoziarnisty	130	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,9
Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	15	Masło śmietankowe	0	7
Pasta z twarogu i sardynek w oleju	60	Pasta z twarogu i sardynek w oleju	60	Pasta z twarogu i sardynek w oleju	60	Pasta z twarogu i sardynek w oleju	60	Pasta z twarogu i sardynek w oleju	60	4, 7,8,9,10
Szynkówka wieprzowa	40	Szynkówka wieprzowa	40	Szynkówka wieprzowa	40	Szynkówka wieprzowa	40	Szynkówka wieprzowa	40	7,8,9,10
Pomidor	100	Pomidor	100	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	
Cytryna	5	Cytryna	5	Cytryna	0	Cytryna	0	Cytryna	0	
Ogórek kwaszony	50	Ogórek kwaszony	50	Ogórek kwaszony	50	Ogórek kwaszony	50	Ogórek kwaszony	50	
Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	

WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW

	Ś	II	O	K	RAZEM		Ś	II	O	K	RAZEM		Ś	II	O	K	RAZEM		Ś	II	O	P	K	RAZEM		Ś	II	O	K	RAZEM		
Procentowy rozkład energii	*27,092616*	*5,231154*	*43,41184*	*24,264*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*19,39782*	*5,839773*	*48,45901*	*26,3034*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*30,94578*	*5,976458*	*34,94069*	*28,13707*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*28,4561*	*5,191063*	*30,34897*	*6,276646*	*29,7272225*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*30,08365*	*6,43252*	*36,42323*	*27,06061*	*100*		
Energia kJ	2 839,00	553,20	4 513,50	2 562,20	**10 467,90**	*Energia kJ*	1 853,80	553,20	4 513,50	2 494,20	**9 414,70**	*Energia kJ*	2 836,95	553,20	3 163,90	2 597,10	**9 151,15**	*Energia kJ*	2 836,95	553,20	2 572,90	#N/D	3 158,95	#N/D	*Energia kJ*	2 561,25	553,20	2 480,90	2 321,40	**7916,75**		
Energia kcal	681,00	131,50	1 091,20	609,90	**2 513,60**	*Energia kcal*	436,80	131,50	1 091,20	592,30	**2 251,80**	*Energia kcal*	680,90	131,50	768,80	619,10	**2 200,30**	*Energia kcal*	720,85	131,50	768,80	159,00	753,05	**2 533,20**	*Energia kcal*	615,00	131,50	744,60	555,20	**2044,3**		
Tłuszcz	24,87	0,99	18,59	23,81	**68,26**	*Tłuszcz*	22,40	0,99	18,59	24,05	**66,02**	*Tłuszcz*	24,70	0,99	12,66	23,64	**61,99**	*Tłuszcz*	28,47	0,99	12,66	4,20	31,62	**77,94**	*Tłuszcz*	17,35	0,99	11,95	16,29	**46,58**		
Kw. nasycone	15,98	0,61	9,39	8,75	**34,73**	*Kw. nasycone*	14,31	0,61	9,39	8,80	**33,10**	*Kw. nasycone*	15,94	0,61	8,73	8,72	**33,99**	*Kw. nasycone*	18,48	0,61	8,73	2,52	13,81	**44,15**	*Kw. nasycone*	10,91	0,61	8,53	3,69	**23,74**		
Węglowodany	99,84	25,85	158,55	71,85	**356,08**	*Węglowodany*	46,68	25,85	158,55	61,21	**292,28**	*Węglowodany*	101,59	25,85	114,88	78,02	**320,34**	*Węglowodany*	103,84	25,85	114,88	13,30	81,38	**339,25**	*Węglowodany*	99,18	25,85	114,88	77,91	**317,82**		
Cukry	29,53	22,65	16,75	6,97	**75,89**	*Cukry*	9,39	22,65	16,75	9,64	**58,43**	*Cukry*	27,48	22,65	13,93	4,92	**68,98**	*Cukry*	28,43	22,65	13,93	13,30	8,28	**86,59**	*Cukry*	27,37	22,65	13,93	4,81	**68,76**		
Białko	19,11	5,90	73,13	30,09	**128,23**	*Białko*	11,31	5,90	73,13	29,37	**119,71**	*Białko*	19,05	5,90	49,98	30,50	**105,43**	*Białko*	19,60	5,90	49,98	16,80	42,61	**134,89**	*Białko*	18,94	5,90	45,58	30,14	**100.56**		
Sól	2,10	0,23	0,56	4,13	**7,32**	*Sól*	1,52	0,23	0,86	4,13	**6,75**	*Sól*	2,09	0,23	1,75	4,13	**8,19**	*Sól*	2,11	0,23	1,75	0,10	4,06	**8,25**	*Sól*	2,07	0,23	1,65	4,04	**7,99**		
Błonnik	8,13	1,36	32,63	8,20	**50,32**	*Błonnik*	8,04	1,36	32,63	9,48	**51,51**	*Błonnik*	6,51	1,36	18,89	1,45	**28,21**	*Błonnik*	7,76	1,36	18,89	0,00	11,13	**39,14**	*Błonnik*	6,51	1,36	18,89	7,30	**34,06**		
Sód	840,65	90,80	345,70	1 651,55	**2 928,70**	*Sód*	609,95	819,10	345,70	1 652,35	**3 427,10**	*Sód*	6,51	1,36	18,89	1,45	**28,21**	*Sód*	844,70	90,80	699,70	40,00	**1 675,20**	**3 350,40**	*Sód*	827,20	2,20	661,70	1 615,30	**3 106,40**		

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:

19.10.26 r. Dietet
Magdalena Kwiatkowska
Dietetyk
Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.

JADŁOSPIS DEKADOWY 20.10.2026

10 dzień wtorek

DIETA PODSTAWOWA (D01)		DIETA CUKRZYCOWA -DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)		DIETA ŁATWOSTRAWNA, DIETA PAPKOWATA i PRZETARTA (D02) i (D11, D10)		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)		DIETA WĄTROBOWA- DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)		ALERGENY
ŚNIADANIE	*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*		*Ilość g/ml*	
Chrupki kukurydziane	30	Chrupki kukurydziane	0	Chrupki kukurydziane	30	Chrupki kukurydziane	30	Chrupki kukurydziane	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	60	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	90	Chleb pszenny	60	Chleb pszenny	130	1
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
Polędwica z piersi kurczaka	40	Polędwica z piersi kurczaka	40	Polędwica z piersi kurczaka	40	Polędwica z piersi kurczaka	30	Polędwica z piersi kurczaka	40	7,8,9,10
Ser, Ementaler pełnotłusty	40	Ser, Ementaler pełnotłusty	40	Ser twarogowy chudy	40	Ser twarogowy chudy	60	Ser twarogowy chudy	60	7,8,9,10
Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	Herbata, napar bez cukru	250	
Cytryna	5	Cytryna	5	Cytryna	0	Cytryna	0	Cytryna	0	
Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	
Papryka czerwona	50	Papryka czerwona	50	Papryka czerwona	0	Papryka czerwona	0	Papryka czerwona	0	
Sałata	0	Sałata	0	Sałata	15	Sałata	15	Sałata	15	
II ŚNIADANIE		**II ŚNIADANIE**		**II ŚNIADANIE**		**II ŚNIADANIE**		**II ŚNIADANIE**		
Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150	Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150	Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150	Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150	Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150	7
Jabłko pieczone	100	Jabłko pieczone	100	Jabłko pieczone	100	Jabłko pieczone	100	Jabłko pieczone	100	
OBIAD		**OBIAD**		**OBIAD**		**OBIAD**		**OBIAD**		
Zupa brokułowa	300	Zupa brokułowa	300	Zupa brokułowa	300	Zupa brokułowa	300	Zupa brokułowa	300	1 7,9
Gulasz wieprzowy	100	Gulasz wieprzowy	100	Gulasz wieprzowy	100	Gulasz wieprzowy	120	Gulasz wieprzowy	100	1, 6
Kasza jęczmienna gotowana	280	Kasza jęczmienna gotowana	280	Kasza jęczmienna gotowana	280	Kasza jęczmienna gotowana	280	Kasza jęczmienna gotowana	280	1
Surówka z selerów, jabłek i marchwi	150	Surówka z selerów, jabłek i marchwi	150	Surówka z selerów, jabłek i marchwi	150	Surówka z selerów, jabłek i marchwi	150	Surówka z selerów, jabłek i marchwi	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	
PODWIECZOREK		**PODWIECZOREK**		**PODWIECZOREK**		**PODWIECZOREK**		**PODWIECZOREK**		
Bułka maślana	0	Bułka maślana	0	Bułka maślana	0	Bułka maślana	50	Bułka maślana	0	1,7
KOLACJA		**KOLACJA**		**KOLACJA**		**KOLACJA**		**KOLACJA**		
Chleb pszenny	80	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	130	Chleb pszenny	100	Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni pełnoziarnisty	50	Chleb żytni pełnoziarnisty	130	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	Chleb żytni pełnoziarnisty	0	1,11
Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	10	Masło śmietankowe	15	Masło śmietankowe	0	7
Szynkówka wieprzowa	50	Szynkówka wieprzowa	50	Szynkówka wieprzowa	50	Szynkówka wieprzowa	50	Szynkówka wieprzowa	50	7,8,9,10
Serek twarogowy ziarnisty	50	Serek twarogowy ziarnisty	50	Sevek twarogowy ziarnisty	100	Serek twarogowy ziarnisty	100	Serek twarogowy ziarnisty	50	7
Cytryna	5	Cytryna	5	Cytryna	0	Cytryna	0	Cytryna	0	
Papryka czerwona	100	Papryka czerwona	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*		*Ś*	*II*	*O*	*K*	*RAZEM*		*Ś*	*II*	*O*	*K*	*RAZEM*		*Ś*	*II*	*O*	*P*	*K*	*RAZEM*		*Ś*	*II*	*O*	*K*	*RAZEM*		
Procentowy rozkład energii	*33,235438*	*7,461513*	*36,68625*	*22,6138*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*27,86564*	*8,152537*	*40,06772*	*23,91411*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*29,45145*	*7,668776*	*37,690148*	*25,18962*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*24,56675*	*7,479768*	*38,42884*	*6,662307*	*22,8623396*	*100*	*Procentowy rozkład energii*	*32,55143*	*7,876388*	*38,71051*	*20,86167*	*100*		
Energia kJ	3 434 60	770,50	3 773,50	2 332,20	**10 310,80**	*Energia kJ*	2 644,40	770,50	3 773,50	2 264,20	**9 452,60**	*Energia kJ*	2 963,55	770,50	3 773,50	2 524,10	**10 031,65**	*Energia kJ*	2 963,55	770,50	3 299,90	683,00	2 349,05	**10 066,00**	*Energia kJ*	3 188,05	770,50	3 128,50	2 036,40	**9123,45**		
Energia kcal	814,80	183,00	899,40	554,40	**2 451.60**	*Energia kcal*	625,50	183,00	899,40	536,80	**2 244,70**	*Energia kcal*	702,80	183,00	899,40	601,10	**2 386,30**	*Energia kcal*	601,05	183,00	940,20	163,00	559,35	**2 446.60**	*Energia kcal*	756,30	183,00	899,40	484,70	**2323,4**		
Tłuszcz	37,78	4,60	18,84	19,34	**80,55**	*Tłuszcz*	34,81	4,60	18,84	19,58	**77,82**	*Tłuszcz*	25,87	4,60	18,84	21,02	**70,33**	*Tłuszcz*	26,86	4,60	21,49	2,95	24,28	**80,17**	*Tłuszcz*	19,18	4,60	18,34	11,52	**54,14**		
Kw. nasycone	23,05	2,69	5,68	9,26	**40.66**	*Kw. nasycone*	21,48	2,69	5,68	9,31	**39,15**	*Kw. nasycone*	16,02	2,69	5,68	10,47	**34,85**	*Kw. nasycone*	17,07	2,69	6,58	0,81	12,92	**40,06**	*Kw. nasycone*	11,13	2,69	5,68	4,15	**23,63**		
Węglowodany	85,17	30,10	168,89	75,69	**359,84**	*Węglowodany*	46,02	30,10	168,89	65,05	**310,05**	*Węglowodany*	88,98	30,10	168,89	80,51	**368.47**	*Węglowodany*	65,43	30,10	171,43	30,90	63,77	**361,63**	*Węglowodany*	109,43	30,10	168,89	78,75	**387.17**		
Cukry	15,22	19,70	27,66	10,31	**72,89**	*Cukry*	9,63	19,70	27,66	12,98	**69,97**	*Cukry*	14,33	19,70	27.66	7,71	**69,40**	*Cukry*	7,28	19,70	27,76	4,75	7,47	**66,96**	*Cukry*	15,32	19,70	27,66	5,95	**68,63**		
Białko	39,00	6,75	19,77	23,04	**88,56**	*Białko*	30,69	6,75	19,77	22,32	**79,53**	*Białko*	35,64	6,75	19,77	29,20	**91,36**	*Białko*	30,48	6,75	21,48	3,85	26,97	**89,52**	*Białko*	42,21	6,75	19,77	22,69	**91,42**		
Sól	3,30	0,24	2,72	3,28	**9,53**	*Sól*	3,12	0,24	2,72	3,28	**9,36**	*Sól*	2,43	0,24	2,72	3,60	**8,99**	*Sól*	1,78	0,24	2,86	0,50	3,53	**8,91**	*Sól*	2,89	0,24	2,72	3,20	**9,05**		
Blonnik	8,51	1,60	22,19	8,75	**41,05**	*Blonnik*	7,19	1,60	22,19	10,03	**41,01**	*Blonnik*	7,74	1,60	22,19	1,20	**32,73**	*Blonnik*	6,39	1,60	22,25	1,00	8,10	**39,34**	*Blonnik*	9,54	1,60	22,19	7,05	**40,38**		
Sód	1 318,05	96,50	1 086,20	1 311,95	**3 812,70**	*Sód*	1 247,55	1 157,00	1 083,20	1 312,75	**4 800,50**	*Sód*	7,74	1,60	22,19	1,20	**32,73**	*Sód*	711,40	96,50	1 145,80	198,00	**2 151,70**	**4 303.40**	*Sód*	1 155,20	5,58	1 086,20	1 280,70	**3 527,68**		

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

07.10.26 - dieta

Magdalena Kwiatkowska

Dietetyk

Szpital w Kamieniu Pomorskim Sp. z o.o.