**Rozdział xx**

Imię Nazwiskoa, Imię Nazwiskob,c,
Imię Nazwiskob, Imię Nazwiskod

*aAfiliacja 1
bAfiliacja 2
cAfiljaca 3,
dAfiljacja 4*

**Tytuł pracy w języku polskim**

**Streszczenie**

Xxxxx xxxxxxxxxxxx xxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxx.

**Słowa kluczowe:** 3-5 słów kluczowych w języku polskim

**Wprowadzenie**

Tekst pisany w formacie Word, ustawienie rozmiaru papieru: szerokość 17 cm, wysokość 24 cm; marginesy lustrzane: górny i dolny – 1,5 cm, wewnętrzny 0,7 cm, zewnętrzny 1,3 cm. Margines na oprawę 1 cm. Tekst pisany czcionką Times New Roman 11 pkt., odstępy między wierszami wielokrotne 1,2 pkt., tekst wyjustowany. Nie dzielić wyrazów. Powołania w tekście pracy na pozycje piśmiennictwa – należy podawać w nawiasach kwadratowych [nazwisko autora, rok wydania publikacji], a jeżeli jest większa liczba autorów [nazwisko I autora i nazwisko II autora, rok albo nazwisko I autora i in., rok]. Spis cytowanych źródeł wg wzoru poniżej, czcionką Times New Roman 9 pkt., odstęp pojedynczy, akapit: wcięcie z lewej 0,25 cm, wysunięcie – co 0,75 cm.

Przykłady Tabel:

**Tabela 1.** Punktowa ocena jadłospisu metodą według Starzyńskiej

|  |  |
| --- | --- |
| **Oceniane cechy i wynik oceny** | **Liczba przyznanych punktów** |
| Liczba posiłków w ciągu dnia zaplanowana w jadłospisie okresowym* 4 lub 5
 | **5** |
| Liczba posiłków w ciągu okresu, w którym występują produkty dostarczające białka zwierzęcego:* we wszystkich posiłkach podstawowych [śniadanie, II śniadanie, obiad, kolacja]
 | **5** |
| Częstość podawania mleka lub serów:* codziennie co najmniej w 2 posiłkach
 | **5** |
| Częstość podawania warzyw lub owoców:* codziennie co najmniej w 3 posiłkach
 | **5** |
| Częstotliwość podawania warzyw lub owoców w postaci surowej:* codziennie
 | **5** |
| Częstotliwość podawania razowego pieczywa, kasz i strączkowych suchych:* co najmniej 1 z wymienionych produktów jest podawany codziennie
 | **5** |
| **RAZEM** | **30** |

**Tabela 4.** Udział energii i składników pokarmowych w jadłospisie dekadowym DPS
w Przemyślu

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dzień** | **Kcal** | **Tłuszcze** | **Białko** | **Węglowodany** |
| **Ilość** | **%** | **g** | **%** | **g** | **%** | **g** | **%** |
|  | 1 | 2466 | 104,9 | 90,6 | 128,8 | 100,2 | 138,2 | 344,5 | 97,0 |
|  | 2 | 2603 | 110,8 | 70,7 | 101,1 | 94,8 | 130,8 | 418,2 | 117,8 |
|  | 3 | 2362 | 100,5 | 84,8 | 121,2 | 100,9 | 139,2 | 346,2 | 97,5 |
|  | 4 | 2104 | 89,5 | 60,3 | 86,2 | 94,6 | 130,5 | 324,4 | 91,4 |
|  | 5 | 2373 | 101,0 | 84,5 | 120,6 | 95,7 | 132 | 334,8 | 94,3 |
|  | 6 | 2359 | 100,4 | 79,4 | 113,4 | 75,0 | 103,4 | 358,8 | 101,1 |
|  | 7 | 2201 | 93,7 | 91,1 | 130,2 | 85,6 | 118,1 | 284,4 | 80,1 |
|  | 8 | 2592 | 110,3 | 93,5 | 133,6 | 84,7 | 116,8 | 394,4 | 111,1 |
|  | 9 | 2170 | 92,3 | 70,1 | 100,1 | 77,3 | 106,6 | 328,1 | 92,4 |
|  | 10 | 2484 | 105,7 | 76,6 | 109,5 | 102,8 | 141,8 | 376,4 | 106,0 |
| **Średnia z 10 dni** | **2371** | **100,9** | **80,1** | **114,5** | **91,2** | **125,7** | **351,0** | **98,9** |

**Literatura**

1. Bujko, J. [red.]. Podstawy dietetyki. SGGW, Warszawa 2006.
2. Gabrowska, E., Spodaryk, M. Zasady żywienia osób w starszym wieku. Gerontologia Polska, 2006, 14, 67-62.
3. Gawęcki, J. [red.]. Żywienie człowieka. Podstawy nauki o żywieniu. Wydawnictwo PWN, Warszawa, 2010.
4. Gawęcki, J., Mossor-Pietraszewska T. [red.]. Kompendium wiedzy o żywności, żywieniu i zdrowiu. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa, 2017.
5. Gertiq, H., Przysławski J. Bromatologia. Zarys nauki o żywności i żywieniu. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa, 2006.
6. Gronowska-Senger, A. Zarys oceny żywienia. Wydawnictwo SGGW, Warszawa 2009.
7. Instytut Żywności i Żywienia. Zalecane dzienne normy na energię i składniki odżywcze. Warszawa, 2012.
8. Januszewicz P., Socha D., Mazur A. [red.]. Żywienie w zdrowiu publicznym. Uniwersytet Rzeszowski, Rzeszów, 2009.
9. Szczecińska, A., Jeruszka, M., Kozłowska, K., Brzozowska, A., Roszkowski, W. Ocena wyżywienia w domach pomocy społecznej w warszawie na podstawie opinii pensjonariuszy. Roczn. PZH, 2004, 55, 1, 63–73.
10. Turlejska, H. Zasady racjonalnego żywienia. Zalecane racje pokarmowe dla wybranych grup ludności w zakładach żywienia zbiorowego. Wydawnictwo Ośrodek Doradztwa i Doskonalenia Kadr, Gdańsk, 2006.

**Tytuł w Języku abngielskim**

**Summary**

Xxxxx xxxxxxx

**Key words:** 3 – 5 słów kluczowych w języku angielskim