



MAŁGORZATA KUŚMIERCZYK  
Uniwersytet Wrocławski

 <https://orcid.org/0000-0002-4104-2552>

# Standardy żywienia w polskich zakładach karnych: regulacje, praktyki, doświadczenia osadzonych

## Nutritional standards in Polish prisons: regulatory framework, implementation, and the experiences of incarcerated individuals

**Abstract:** The article analyzes the organization of food services in closed-type prisons and pre-trial detention centers in Poland, considering both the national legal framework and the practical challenges of its implementation. The analysis is based on the provisions of the Executive Penal Code, the relevant Regulation of the Minister of Justice, and the currently applicable ordinances of the Director General of the Prison Service. The study is enriched by empirical research in the form of individual in-depth interviews with inmates. The author identifies problems such as budget constraints, the monotony of meals, and regional differences in menu planning. The study proposes reforms that could support rehabilitation and improve the conditions of serving a sentence.

**Keywords:** prison food services, food regulations, rehabilitation, human rights

## 1. Wprowadzenie i stan wiedzy

Kwestia żywienia w zakładach karnych omawiana jest stosunkowo rzadko. Temat ten najczęściej poruszany jest przez media, które skupiają się na tym, czy żywienie w więzieniach może być postrzegane jako element kary<sup>1</sup>,

---

<sup>1</sup> V. Barford: *Is it fair to punish prisoners with horrible food?* BBC News. 18.12.2015. <https://www.bbc.com/news/magazine-35128124> [dostęp: 19.01.2025].

czy może być niekonstytucyjne<sup>2</sup> albo stanowić wyraz niehumanitarnego traktowania<sup>3</sup>. Zazwyczaj jest to element reakcji na bieżące naruszenia<sup>4</sup> bądź wyroki sądów<sup>5</sup>, które rozstrzygają o zasadności stosowania danych praktyk. Kompleksowe opracowania dotyczące obsługi żywieniowej więźniów bywają tworzone przez organizacje pozarządowe<sup>6</sup>. Zdarzają się również programy edukacyjne, które mają na celu popularyzację dobrych praktyk w obrębie zakładów karnych, promowanie zbilansowanego odżywiania oraz działania resocjalizacyjne poprzez odpowiednie kursy<sup>7</sup>. Podstawowych informacji na temat kulisów organizacji wyżywienia w więzieniach dostarczają zarówno niezależne centra edukacyjne<sup>8</sup>, jak i krajowe organy odpowiedzialne za funkcjonowanie systemu penitencjarnego<sup>9</sup>.

W literaturze naukowej podejmowana jest problematyka relacji między serwowanym jedzeniem a wykonywaniem kary<sup>10</sup>, ale pojawia się także element wykorzystywania go jako elementu kontroli<sup>11</sup>. Niektórzy autorzy alarmują, że więzienne wyżywienie zaprojektowane jest w sposób, który systematycznie pogarsza kondycję osadzonych<sup>12</sup>, co stoi

<sup>2</sup> A. Greenwood: *The prison food that just might be unconstitutionally bad*. Slate. 24.06.2008. <https://slate.com/news-and-politics/2008/06/can-prison-food-be-unconstitutionally-bad.html> [dostęp: 19.01.2025].

<sup>3</sup> M. Musa: *'I wouldn't even feed this to my dog': The inhumane reality of prison food*. The Real News Network. 16.05.2022. <https://therealnews.com/i-wouldnt-even-feed-this-to-my-dog-the-inhumane-reality-of-prison-food> [dostęp: 19.01.2025].

<sup>4</sup> K. Zasada: *Skandal w Złotowie. Strażnicy odmawiali więźniowi jedzenia i picia*. RMF24. 14.08.2019. [https://www.rmf24.pl/fakty/polska/news-skandal-w-zlotowie-straznicy-odmawiali-wiezniowi-jedzenia-i-,nld,3148841#crp\\_state=1](https://www.rmf24.pl/fakty/polska/news-skandal-w-zlotowie-straznicy-odmawiali-wiezniowi-jedzenia-i-,nld,3148841#crp_state=1) [dostęp: 19.01.2025].

<sup>5</sup> Arnett v. Snyder, 331 F.3d 1223 (7th Cir. 2001). <https://caselaw.findlaw.com/court/il-court-of-appeals/1090345.html> [dostęp: 20.04.2026]; Borden v. Hofmann, 903 A.2d 629 (Vt. 2009). <https://www.vermontjudiciary.org/sites/default/files/documents/2006-345.pdf> [dostęp: 20.04.2026].

<sup>6</sup> *Eating behind bars. Ending the hidden punishment of food in prison*. Impact Justice. 2020. <https://impactjustice.org/innovation/food-in-prison/#report> [dostęp: 19.01.2025].

<sup>7</sup> <https://www.foodbehindbars.co.uk/> [dostęp: 19.01.2025].

<sup>8</sup> Criminal Center: *What do you eat in prison*. <https://federalcriminaldefenseattorney.com/prison-life/first-day-in-prison/what-do-you-eat-in-prison/> [dostęp: 19.01.2025].

<sup>9</sup> A. Czajczyk: *Kilka faktów o więziennych posiłkach*. Służba Więzienna. <https://www.sw.gov.pl/aktualnosc/okregowy-inspektorat-sluzby-wieziennej-w-krakowie-kilka-faktow-o-wieziennych-posilkach> [dostęp: 19.01.2025].

<sup>10</sup> M. Foucault: *Nadzorować i karać. Narodziny więzienia*. Tłum. T. Komendant. Aletheia, Warszawa 2009.

<sup>11</sup> O. Queenstar et al.: *Food behind bars. Using food as a means of punishment and as a measure of control in prison*. 10.09.2024. <https://www.oxjournal.org/food-behind-bars/> [dostęp: 19.01.2025].

<sup>12</sup> L. Nargi: *Poor food in prison and jails can cause or worsen eating and health problems. And the effects can linger long after release*. The Counter. 02.01.2022. <https://thecounter.org/poor-food-prison-jail-causes-health-problems-trauma/> [dostęp: 19.01.2025].

w sprzeczności z podstawowymi gwarancjami praw człowieka<sup>13</sup>. Badacze sugerują, że poza łamaniem praw osób skazanych może to wpływać na stopień przemocy na terenie zakładów karnych<sup>14</sup>, a nawet niewielkie reformy w tym zakresie są w stanie przyczynić się do znaczących zmian<sup>15</sup>. W porównaniu międzynarodowym jakość przygotowywanych posiłków w państwach nordyckich oceniana jest jako relatywnie wysoka<sup>16</sup>. Wskaźnik powrotu do przestępstwa jest tam jednym z najniższych na świecie<sup>17</sup>, natomiast organizacja żywienia koncentruje się na angażowaniu osadzonych w samodzielne planowanie, a następnie przygotowywanie posiłków<sup>18</sup>. Brakuje literatury naukowej, która opisywałaby standardy związane z żywnością osób osadzonych w Polsce.

Celem artykułu jest przedstawienie, jak wygląda kwestia organizacji żywienia w polskich zakładach karnych. Ze względu na najbardziej rygorystyczne zasady odbywania kary pozbawienia wolności analiza ograniczona jest do realiów obowiązujących w zakładach karnych typu zamkniętego oraz aresztach śledczych. W toku pracy autorka skupia się na kształcie obecnie obowiązujących regulacji prawnych dotyczących żywienia skazanych oraz prezentuje wyniki przeprowadzonych badań empirycznych, aby zanalizować, jak przepisy te są realizowane w praktyce.

Przedstawione dalej wyniki badań autorka traktuje jako stwarzające możliwość mapowania wyzwań w organizacji żywienia skazanych. Choć omawiane zagadnienia mogą na pierwszy rzut oka wydawać się elementarne, to właśnie ich pozorna oczywistość sprawia, że pozostają one poza głównym nurtem badań naukowych związanych z funkcjonowaniem jednostek penitencjarnych. W literaturze przedmiotu brakuje prac, które w sposób systematyczny prezentowałyby podstawowe regulacje dotyczące żywienia osób pozbawionych wolności oraz zestawiałyby je

---

<sup>13</sup> Art. 25 ust. 1 Powszechnej deklaracji praw człowieka, przyjętej przez Zgromadzenie Ogólne ONZ 10 grudnia 1948 r. Rezolucja 217 A (III) <https://libr.sejm.gov.pl/tek01/txt/onz/1948.html> [dostęp: 20.04.2026].

<sup>14</sup> J. Strange: *Growing research shows impact of poor nutrition on prison violence*. San Quentin News. 28.04.2023. <https://sanquentinnews.com/growing-research-shows-impact-of-poor-nutrition-on-prison-violence> [dostęp: 19.01.2025].

<sup>15</sup> K. Wilson: *How small changes to prison food drastically cut inmate violence*. Science Focus. 16.04.2022. <https://www.sciencefocus.com/the-human-body/prison-food-nutrition-violence-mental-health> [dostęp: 19.01.2025].

<sup>16</sup> L. Vincent: *Appetizing, delicious food served up to prisoners? It works for the Nordic countries*. The Guardian. 07.05.2024. <https://www.theguardian.com/commentisfree/article/2024/may/07/prisoners-nordic-countries-cook-eat-forage-britain> [dostęp: 19.01.2025].

<sup>17</sup> World Prison Brief. <https://www.prisonstudies.org/> [dostęp: 19.01.2025].

<sup>18</sup> Więzienie Storstrøm – przykład jednego z najbardziej humanitarnych więzień na świecie. Por. <https://www.cfmoller.com/p/Storstroem-Prison-i2730.html> [dostęp: 19.01.2025].

z praktyką funkcjonowania zakładów karnych. W rezultacie ta „podstawowa” warstwa funkcjonowania instytucji – determinująca codzienność kilkudziesięciu tysięcy osadzonych – pozostaje słabo opisana, a miejscami wręcz nieudokumentowana.

## 2. Założenia metodologiczne badań własnych

### 2.1. Przedmiot i cele badań

Przedmiotem badań były zasady organizacji wyżywienia osób pozbawionych wolności w polskich zakładach karnych typu zamkniętego oraz aresztach śledczych, rozumiane jako zespół regulacji prawnych, procedur organizacyjnych oraz praktyk stosowanych w codziennym funkcjonowaniu jednostek penitencjarnych. Badanie koncentrowało się na relacji pomiędzy obowiązującymi normami prawnymi a ich realizacją w praktyce, ze szczególnym uwzględnieniem doświadczeń osób osadzonych oraz perspektywy funkcjonariuszy Służby Więziennej bezpośrednio odpowiedzialnych za gospodarkę żywieniową.

Celem głównym badań były analiza funkcjonowania systemu żywienia w wybranych jednostkach penitencjarnych oraz identyfikacja rozbieżności pomiędzy deklarowanymi standardami a faktycznymi warunkami realizacji posiłków.

Cele szczegółowe obejmowały:

- 1) rekonstrukcję obowiązujących regulacji dotyczących wyżywienia osób pozbawionych wolności;
- 2) identyfikację procedur organizacyjnych stosowanych w praktyce;
- 3) analizę barier ekonomicznych i organizacyjnych wpływających na jakość posiłków;
- 4) zbadanie percepcji wyżywienia jako elementu bytowego i instytucjonalnego;
- 5) sformułowanie rekomendacji systemowych.

### 2.2. Problemy badawcze i hipotezy

W toku badań sformułowano następujące problemy badawcze:

- 1) w jakim zakresie obowiązujące regulacje prawne dotyczące wyżywienia osób pozbawionych wolności są precyzyjne i możliwe do jednolitej realizacji w praktyce?

- 2) jakie czynniki organizacyjne, finansowe i kadrowe wpływają na sposób przygotowywania oraz dystrybucji posiłków w zakładach karnych?
- 3) jak osoby osadzone oraz funkcjonariusze Służby Więziennej postrzegają jakość, adekwatność i funkcję żywienia w warunkach izolacji penitencjarnej?

Na tej podstawie przyjęto hipotezy badawcze, zgodnie z którymi:

- (H1) regulacje dotyczące żywienia mają charakter ogólny, co sprzyja zróżnicowaniu praktyk pomiędzy jednostkami;
- (H2) organizacja żywienia w istotnym stopniu determinowana jest ograniczeniami finansowymi;
- (H3) osoby pozbawione wolności postrzegają żywienie nie tylko jako element bytowy, lecz także jako narzędzie kontroli instytucjonalnej;
- (H4) istnieją rozbieżności pomiędzy normatywnie określonymi standardami a rzeczywistymi doświadczeniami osadzonych.

### 2.3. Metody, techniki i narzędzia badawcze

Badania miały charakter jakościowy. Zastosowaną metodą badawczą był indywidualny wywiad pogłębiony (IDI), który umożliwił rekonstrukcję doświadczeń, ocen i praktyk związanych z organizacją żywienia w warunkach izolacji penitencjarnej. Wywiady prowadzono na podstawie półustrukturyzowanego scenariusza obejmującego zagadnienia dotyczące jakości posiłków, ich powtarzalności, dostępności alternatywnych źródeł pożywienia, znaczenia żywienia w codziennym funkcjonowaniu jednostki oraz wpływu czynników organizacyjnych na realizację norm prawnych.

Część wywiadów została przeprowadzona telefonicznie i zarejestrowana, co umożliwiło ich dosłowne cytowanie. Niekiedy wywiady były kontynuowane w ciągu kilku rozmów telefonicznych z uwagi na ich ograniczony czas<sup>19</sup>. Pozostałe rozmowy zostały przeprowadzone na terenie zakładów karnych, gdzie ze względów bezpieczeństwa wniesienie urządzenia rejestrującego oraz ich nagranie było niemożliwe. W odniesieniu do tych treści autorka nie powołuje się na konkretne cytaty, a jedynie opisowo przytacza sens wypowiedzi respondentów na podstawie sporządzonych notatek.

---

<sup>19</sup> Limit trwania rozmów telefonicznych osadzonych jest ściśle określony w porządku wewnętrznym konkretnego zakładu karnego. Zazwyczaj jednorazowo jest to czas do 10 minut.

## 2.4. Charakterystyka terenu badań i dobór próby

Materiał empiryczny obejmuje 12 indywidualnych wywiadów pogłębianych: 7 wywiadów z osobami pozbawionymi wolności (5 skazanych<sup>20</sup>, 2 osoby tymczasowo aresztowane) oraz 5 wywiadów eksperckich z funkcjonariuszami Służby Więziennej zatrudnionymi w działach kwatremistrzowskich. Respondentów dobrano w sposób celowy, z wykorzystaniem metody kuli śnieżnej<sup>21</sup>, co było podyktowane ograniczonym dostępem do badanej populacji oraz specyfiką środowiska penitencjarnego. Wywiady odbywały się od listopada 2024 do marca 2025 r. Jeśli chodzi o osadzonych, wywiadów udzielili mężczyźni skazani na karę od 3 do 25 lat pozbawienia wolności oraz 2 osoby tymczasowo aresztowane. W grupie funkcjonariuszy Służby Więziennej wypowiedzieli się mężczyźni i kobiety. Respondenci zgodzili się na udział w wywiadach przy zachowaniu anonimowości.

Badania terenowe przeprowadzono w jednostkach penitencjarnych zlokalizowanych w okręgach: katowickim, krakowskim i opolskim. Dobór tych jednostek miał charakter celowy i był uwarunkowany czynnikami organizacyjnymi oraz logistycznymi, w szczególności uzyskaniem zgody dyrekcji zakładów karnych na przeprowadzenie rozmów z funkcjonariuszami oraz dostępem do kontaktów z osobami osadzonymi. Istotnym kryterium była również możliwość osobistego dojazdu badaczki do jednostek, co warunkowało realizację badań terenowych.

W niniejszym artykule zasadniczą część analizy empirycznej opiera się na wypowiedziach osób pozbawionych wolności, które w sposób najbardziej bezpośredni doświadczają skutków funkcjonowania systemu żywienia. Wywiady z funkcjonariuszami Służby Więziennej pełnią funkcję uzupełniającą i kontekstualizującą, umożliwiając weryfikację relacji osadzonych z perspektywy organizacyjnej. Wszystkie wywiady z funkcjonariuszami odbyły się na terenie zakładów karnych, stąd ich zarejestrowanie nie było możliwe, a treść wypowiedzi rekonstruowana jest na podstawie sporządzonych notatek.

## 2.5. Ograniczenia badań

Przeprowadzone badania obarczone są kilkoma istotnymi ograniczeniami. Po pierwsze, materiał empiryczny pochodzi z wybranych jednostek

---

<sup>20</sup> Wszystkie osoby skazane, które zgodziły się wziąć udział w badaniu, były wcześniej tymczasowo aresztowane.

<sup>21</sup> M. Szreder: *Metody i techniki sondażowych badań opinii*. PWE, Warszawa 2004.

penitencjarnych, co uniemożliwia generalizację wyników z całego systemu penitencjarnego w Polsce. Po drugie, duża część wywiadów nie mogła zostać zarejestrowana, co – mimo sporządzenia szczegółowych notatek – może wpływać na precyzję przytaczania wypowiedzi. Po trzecie, badania miały charakter jakościowy i opierały się na doborze celowym respondentów, co nie pozwala na formułowanie wniosków o charakterze reprezentatywnym, lecz umożliwia pogłębioną analizę zjawisk i identyfikację kluczowych problemów systemowych.

Z uwagi na te ograniczenia konieczne wydaje się podjęcie dalszych badań, które pozwoliłyby pogłębić oraz zweryfikować uzyskane ustalenia. W szczególności zasadne byłoby:

- 1) przeprowadzenie badań porównawczych obejmujących większą liczbę jednostek penitencjarnych o różnych typach i profilach, co umożliwiłoby identyfikację zróżnicowania praktyk żywieniowych w skali ogólnopolskiej;
- 2) rozszerzenie badań o komponent ilościowy, pozwalający na oszacowanie skali wskazywanych przez osadzonych problemów, takich jak: monotonia posiłków, jakość produktów czy realna wartość kaloryczna;
- 3) przeprowadzenie badań porównawczych z innymi krajami europejskimi, w tym zwłaszcza państwami nordyckimi, w celu identyfikacji dobrych praktyk możliwych do adaptacji w warunkach polskich;
- 4) przeprowadzenie pogłębionych badań dotyczących percepcji funkcjonariuszy, które pozwoliłyby lepiej zrozumieć organizacyjne i kadrowe bariery we wdrażaniu rekomendowanych reform.

Wskazane kierunki mogłyby przyczynić się do uzupełnienia obecnego stanu wiedzy o systemie żywieniowym w polskich zakładach karnych oraz stanowić podstawę do formułowania propozycji zmian legislacyjnych i organizacyjnych.

### **3. Wyżywienie w polskich jednostkach penitencjarnych w praktyce**

#### **3.1. Krajowe ramy prawne – analiza przepisów**

Kodeks karny wykonawczy w katalogu najważniejszych praw skazanego<sup>22</sup> wskazuje, że osoba odbywająca karę pozbawienia wolności ma prawo w szczególności do odpowiedniego ze względu na zachowanie zdrowia wyżywienia. Artykuł 109 § 1 k.k.w. doprecyzowuje, że skazany

---

<sup>22</sup> Art. 102 ustawy z dnia 6 czerwca 1997 r. – Kodeks karny wykonawczy. Dz.U. 1997, nr 90, poz. 557 ze zm. [dalej: k.k.w.].

przebywający w zakładzie karnym lub areszcie śledczym otrzymuje trzy razy dziennie napój i posiłki o odpowiedniej wartości odżywczej, w tym co najmniej jeden gorący posiłek. Wyżywienie powinno odpowiadać rodzajowi wykonywanej pracy, być dostosowane do wieku skazanego, a także – w miarę możliwości – spełniać wymogi religijne i kulturowe osadzonego. Informacje precyzujące, jak należy interpretować „odpowiednią wartość odżywczą”, określa Minister Sprawiedliwości w drodze rozporządzenia. W akcie tym ujmuje się też minimalny koszt posiłków<sup>23</sup>, jak również wymogi dotyczące zapewnienia stosownej ilości warzyw i owoców w ciągu dnia<sup>24</sup>.

Obecnie kryteria te reguluje Rozporządzenie Ministra Sprawiedliwości z dnia 19 lutego 2016 r. w sprawie wyżywienia osadzonych w zakładach karnych i aresztach śledczych (dalej: Rozporządzenie). Znajduje się tam rozgraniczenie na 7 bazowych kategorii posiłków (zob. tab. 1):

- 1) **posiłki podstawowe** (2600 kcal; przygotowywane dla osadzonych powyżej 18. roku życia);
- 2) **posiłki dla małoletnich** (2800 kcal; przygotowywane dla osadzonych poniżej 18. roku życia);
- 3) trzy rodzaje posiłków leczniczych:
  - a) **posiłki lekkostrawne** (2600 kcal),
  - b) **posiłki cukrzycowe** (2600 kcal),
  - c) **posiłki indywidualne** (2600 kcal);
- 4) **posiłki dodatkowe** (co najmniej 1000 kcal; przygotowywane dla osadzonych wykonujących pracę w warunkach szczególnie uciążliwych);
- 5) **posiłki przygotowywane z uwzględnieniem wymogów religijnych i kulturowych.**

Do każdego z posiłków wydawany jest napój. W Rozporządzeniu wskazuje się w szczególności wodę, herbatę i kawę zbożową.

---

<sup>23</sup> Funkcjonariusze odpowiedzialni za wyżywienie w jednostkach wyraźnie akcentowali, że ze względu na ograniczenia budżetowe wskazane jest układanie jadłospisów, których koszt będzie jak najbliższy minimalnej stawce dziennej przewidzianej przez Rozporządzenie.

<sup>24</sup> Co do zasady, zawartość warzyw lub owoców w posiłkach (poza ziemniakami) wynosi co najmniej 300 g. W przypadku posiłków cukrzycowych mowa jest o warzywach w ilości 350–500 g na dobę; owoce podawane są codziennie do śniadania i kolacji w ilości 200–300 g na dobę.

Tabela 1. Zestawienie posiłków w zakładach karnych

Rodzaj posiłku	Wartość energetyczna	Minimalny koszt dzienny	Uprawniony
Podstawowy	2600 kcal	4,00 zł	Osadzony powyżej 18. roku życia
Dla małoletnich	2800 kcal	4,40 zł	Osadzony do ukończenia 18. roku życia
Lekkostrawny	2600 kcal	4,80 zł	Osadzony, który otrzymał odpowiednie zalecenie od lekarza <sup>25</sup>
Cukrzycowy	2600 kcal	5,70 zł	Osadzony, który otrzymał odpowiednie zalecenie od lekarza
Indywidualny	2600 kcal	5,80 zł	Osadzony, który otrzymał odpowiednie zalecenie od lekarza
Dodatkowy	1000 kcal <	3,20 zł	Osadzony wykonujący pracę w warunkach szczególnie uciążliwych
Uwzględniający normy religijne i kulturowe	2600 kcal	5,80 zł	Osadzony, który otrzymał zgodę na taki posiłek (na wnioszek)

Źródło: Opracowanie własne na podstawie Rozporządzenia Ministra Sprawiedliwości z dnia 19 lutego 2016 r. w sprawie żywienia osadzonych w zakładach karnych i aresztach śledczych. Dz.U. 2016, poz. 302.

Rozporządzenie uzupełniają dwa zarządzenia Dyrektora Generalnego Służby Więziennej:

- 1) Zarządzenie nr 23/17 z dnia 3 kwietnia 2017 r. w sprawie realizacji żywienia osób osadzonych w zakładach karnych i aresztach śledczych;
- 2) Zarządzenie nr 22/19 z dnia 17 kwietnia 2019 r. w sprawie gospodarki żywieniowej w jednostkach organizacyjnych Służby Więziennej.

Dokumenty te regulują kwestie takie jak: konieczność zachowania odstępu czasowego pomiędzy wydawanymi w ciągu dnia posiłkami<sup>26</sup> (nie może być krótszy niż 2 godziny oraz dłuższy niż 9 godzin); regulacje

<sup>25</sup> Lekarz, decydując o przyznaniu osadzonemu posiłku leczniczego, określa również czas, na jaki go zleca.

<sup>26</sup> Por. § 3 pkt 2 Zarządzenia nr 23/17 Dyrektora Generalnego Służby Więziennej z dnia 3 kwietnia 2017 r. w sprawie realizacji żywienia osób osadzonych w zakładach karnych i aresztach śledczych. <https://czsw.bip.gov.pl/fobjects/details/1364701/zarza-dzenie-nr-23-dyrektora-generalnego-sluzby-wieziennej-z-dnia-3-kwietnia-2017-roku-w>

dotyczące wydawania suchego prowiantu w przypadku brania udziału w czynnościach bądź konwojowania; zdefiniowanie, czym jest „urozmaicenie” posiłków<sup>27</sup>; zestawienie procentowego rozłożenia kosztów<sup>28</sup>, jakie stanowić powinno przygotowanie śniadania, obiadu i kolacji w jednostce<sup>29</sup>. Dodatkowo omawiane akty prawne zawierają wykaz produktów zabronionych przy sporządzaniu posiłków lekkostrawnych i cukrzykowych oraz inne wymagania ich dotyczące<sup>30</sup>.

Zarządzenie nr 22/19 Dyrektora Generalnego Służby Więziennej z dnia 17 kwietnia 2019 r. w sprawie gospodarki żywieniowej w jednostkach organizacyjnych Służby Więziennej ma charakter bardziej techniczny, skupia się bowiem na zasadach prowadzenia gospodarki żywnościowej celem realizacji wyżywienia osadzonych, funkcjonariuszy i zwierząt wykorzystywanych do zadań służbowych w jednostkach organizacyjnych Służby Więziennej<sup>31</sup>, zasadach prowadzenia przetwórstwa warzywno-owocowego<sup>32</sup>, ewidencji i raportów<sup>33</sup> czy określeniu podstawowych wartości kalorycznych oraz ilości wartości składników odżywczych w 100 g wybranych produktów żywnościowych<sup>34</sup>.

Poza omawianymi wcześniej aktami prawnymi kwestie związane z jedzeniem pozostawia się do samodzielnego uregulowania jednostkom penitencjarnym. Wymiar tej swobody zawiera się nie tylko w autorskim charakterze serwowanego *menu*, ale także w różnicach pomiędzy godzinami posiłków, które wynikają z porządku wewnętrznego danej jednostki czy asortymentu dostępnego w kantynie<sup>35</sup>.

---

-sprawie-realizacji-wyzywienia-osob-osadzonych-w-zakladach-karnych-i-aresztach-sledczych-pdf.html [dostęp: 20.04.2026].

<sup>27</sup> Por. § 2 pkt 2 Zarządzenia nr 23/17...

<sup>28</sup> Chodzi o dookreślenie, ile procent z dziennej kwoty wydatkowanej na wyżywienie należy przeznaczyć na śniadanie, obiad i kolację.

<sup>29</sup> Por. § 6 pkt 2 Zarządzenia nr 23/17...

<sup>30</sup> Por. § 7 Zarządzenia nr 23/17...

<sup>31</sup> Por. § 1 pkt 1 Zarządzenia nr 22/19 Dyrektora Generalnego Służby Więziennej z dnia 17 kwietnia 2019 r. w sprawie gospodarki żywieniowej w jednostkach organizacyjnych Służby Więziennej. <https://czsw.bip.gov.pl/fobjects/details/1364706/zarzadzenie-nr-22-dyrektora-generalnego-sluzby-wieziennej-z-dnia-17-kwietnia-2019-roku-w-sprawie-gospodarki-zywnosciowej-w-jednostkach-organizacyjnych-sluzby-wieziennej-pdf.html> [dostęp: 20.04.2026].

<sup>32</sup> Por. § 1 pkt 2 Zarządzenia nr 22/19...

<sup>33</sup> Por. § 1 pkt 6 Zarządzenia nr 22/19...

<sup>34</sup> Por. § 1 pkt 3 Zarządzenia nr 22/19...

<sup>35</sup> Kantyny obsługiwane są przez różne podmioty, wyłaniane na podstawie przetargu. Areszt Śledczy w Krakowie zaopatruje Polska Grupa Służby Więziennej Przedsiębiorstwo Państwowe, Zakład Karny w Herbach korzysta z usług Państwowego Przedsiębiorstwa Odzieżowego w Sieradzu, a nieistniejący już Areszt Śledczy w Nisku obsługiwało PSS Spółem.

### 3.2. Wyniki badań empirycznych

W niniejszej części artykułu zaprezentowano wyniki badań empirycznych opartych na indywidualnych wywiadach pogłębionych. Analiza koncentruje się na tych fragmentach materiału badawczego, które w sposób najbardziej wyrazisty ilustrują powtarzalne problemy organizacyjne oraz doświadczenia związane z żywnością w warunkach izolacji penitencjarnej. Jak już podano, ze względu na cel badania zasadniczą część materiału analitycznego stanowią wypowiedzi osób pozbawionych wolności, natomiast wywiady z funkcjonariuszami Służby Więziennej pełnią funkcję kontekstualizującą i uzupełniającą. Cytaty z wywiadów oznaczono skrótami (R1–R5). Symbole R1–R5 odnoszą się do rozmów z osobami pozbawionymi wolności. Zachowano oryginalne brzmienie przytaczanych wypowiedzi.

Z przeprowadzonych wywiadów wynika, że w praktyce żywność w konkretnych jednostkach penitencjarnych różni się w zależności od regionu. Jeden z respondentów, mężczyzna w średnim wieku, odbywający karę 25 lat pozbawienia wolności, wskazywał, że standard nie jest jednolity. Z jego doświadczenia wynika, że w porównaniu zakładów karnych na Górnym Śląsku, Dolnym Śląsku i w Małopolsce najlepiej oceniane były jednostki na Górnym Śląsku. Małopolska wypadła umiarkowanie, choć akceptowalnie, natomiast na Dolnym Śląsku miało dochodzić do licznych naruszeń związanych z żywnością. Nie tylko produkty, z których przygotowywano posiłki, miały być niepełnowartościowe, ale zdarzały się także sytuacje, w których funkcjonariusze Służby Więziennej mieli karać osadzonych, wydając im mniejsze porcje żywności:

Tu, u nas na Śląsku, na Górnym Śląsku, jeśli chodzi o żywność, to jest najlepsze we wszystkich regionach Polski. A z tego, co się orientuję, najgorsze, jakie jest, to na Dolnym Śląsku: Wrocław, Legnica i tym podobne rejony. Tam o tyle, o ile jedzenie jest niesmaczne, to wartości odżywczych prawie w ogóle nie posiada. Z tego, co zdążyłem tam zauważyć, ziemniaki są np. pastewne – takie, jakie daje się świniom na ubój, żeby je utuczyć. Są one pozbawione wszelkiej wartości, podawane tylko po to, żeby wypchać żołądek. [...] We Wrocławiu to jest taki raczej porządek dzienny z naruszeniami. Tam jakieś kary od funkcjonariuszy w formie uszczuplenia nam porcji żywnościowej to jest taka dosyć tam norma. Ale w większości zakładów karnych, teraz, na ten moment, bo wcześniej było dużo, dużo łatwiej, żeby nas tutaj pokarać jakoś tym, żeby dać nam mniej jedzenia. Ale od pewnego czasu, nie wiem, jakoś od 2019 r., mniej

więcej, to jest bardzo dużo kamer wszędzie i oddziałowi raczej już nie robią takich rzeczy<sup>36</sup>.

R1

Inny więzień, po 15 latach spędzonych w różnych zakładach karnych, zapytany o różnice w zakresie wyżywienia odpowiedział:

Szczerze mówiąc, jest diametralna różnica. Tym bardziej na przestrzeni lat. Bo tak, jest np. jednostka w Katowicach, jest to jednostka, przynajmniej to była jednostka, która była taką pokazową<sup>37</sup>. No to tam, na kuchni pracowały kobiety, no i tam jedzenie było praktycznie, że domowe. Chociaż teraz to się zmieniło. Problem polega na tym, że stawka żywniowa jest teraz taka sama, jak była, od wielu, wielu lat. Ale ceny jedzenia poszły w górę. Teraz robi się taką redukcję. Jeśli na śniadanie musimy dać większą stawkę, czyli np. na dietę lekkostrawną zapewnić wędlinę drobiową, to koszt obiadu musi być tańszy. Czyli np., jeżeli na śniadanie jest wędlina z chlebem i z jabłkiem, to na obiad będą warzywa w postaci marchewki i selera z kaszą i zupa warzywna. Są też różnice, jeśli chodzi o dietyków, bo dieta bogatoresztkowa w Krakowie wyglądała tak, że otrzymywało się pieczywo razowe, ciemne; tutaj np. tego nie ma. Tu pieczywo dostajemy zwykłe, pszenne. Tutaj też jest kwestia zrozumienia tej diety. Dieta bogatoresztkowa powinna zawierać produkty pełnoziarniste. [...] Najlepiej było w Katowicach w 2012 r., jak tam przebywałem. Tam dziewczyny pracowały z zakładu karnego, osadzone, no i tak jak mówię – domowe jedzenie. Ja osobiście w domu na wolności miałem ciężką sytuację i rzadko kiedy pojawiały się u mnie takie dania. Bo i pojawiała się zupa z wkładką w postaci różnych warzyw, ładnie obrobionych termicznie i pokrojonych. Było dużo warzyw, dużo mięsa. Mięso też było przygotowywane właściwie. Nie było rozgotowane ani brzydko nie pachniało. Trochę tego brakuje<sup>38</sup>.

R2

Skazani w wywiadach skarżyli się na monotonię diety. „Dekadówka”<sup>39</sup> określa, że posiłki obiadowe nie mogą powtarzać się częściej niż co 10 dni. Podobne zalecenie nie dotyczy jednak śniadań i kolacji. Dla odbywających karę pozbawienia wolności w jednym z małopolskich zakładów

<sup>36</sup> Wywiad z dnia 11 stycznia 2025 r.

<sup>37</sup> Osadzony w toku rozmowy doprecyzował, że jednostka pokazowa to taka, która w przypadku kontroli była wskazywana jako wzór dobrej organizacji izolacji penitencjarnej.

<sup>38</sup> Wywiad z dnia 1 lutego 2025 r.

<sup>39</sup> Por. § 2 pkt 2 Zarządzenia nr 23/17...

karnych oznacza to, że w poniedziałki, środy, piątki i niedziele zaczyna dzień od 175 g chleba, 80 g marmolady i 20 g margaryny<sup>40</sup> – co drugi dzień na śniadanie serwuje się tam taki sam zestaw.

Innym problemem jest rosnąca inflacja, która ogranicza możliwości zaopatrzeniowe zakładów, a tym samym wpływa na jakość przygotowywanych potraw. Osoby skazane na długie wyroki porównują, że standard wyżywienia z upływem czasu pogarsza się, przy jednoczesnym zmniejszeniu możliwości zdobywania jedzenia z innych źródeł:

W sumie, teraz w lutym będzie 10 lat, jak siedzę w więzieniu, no i na początku mojej odsiadki jedzenie – jakość, ilość, no i w ogóle przygotowanie jedzenia – było na dużo, dużo wyższym poziomie. Paradoksalnie, wtedy dużo mniej osób w ogóle jadło te więzienne posiłki, bo mieliśmy otwarte możliwości wrzucania sobie pożywienia, paczek żywnościowych z wolności i dlatego większość ludzi korzystała raczej z pomocy rodziny, co wrzucali im pożywienie z wolności, i mało kto korzystał z tych więziennych tutaj porcji. Ale naprawdę, wtedy, 10 lat temu, to jedzenie, to wszystko było dużo, dużo lepsze i jakoś ta cała odsiadka, to wszystko, to się takim bardziej człowiekiem się człowiek czuł w więzieniu<sup>41</sup>.

R1

Rosnące ceny produktów wpływają na jakość potraw serwowanych osadzonym. Jeden ze skazanych opisuje starania kuchni, żeby przygotować odpowiednią liczbę porcji w tej sytuacji, w następujący sposób:

Są wypracowane sztuczki przez lata, jak omijać te normy tam, np. jak dostajemy twaróg. Kiedyś twaróg był w całości, w kostce suchej, dużej. A w tej chwili twaróg to rozpuszczany jest w garnku, kilogram jest odciągany tego twarogu i przechowywany, a zamiast kilograma twarogu jest dolewany litr wody. I to się miksuje tak, że wagowo się zgadza, aczkolwiek tego kilograma twarogu w całej tej masie brakuje. Dostajemy za to litr wody na pocieszenie<sup>42</sup>.

R3

Inny osadzony, odbywający karę 6 lat pozbawienia wolności w jednej z małopolskich jednostek, zapytany o opinię dotyczącą serwowanego wyżywienia skomentował krótko:

---

<sup>40</sup> Wywiad z dnia 15 stycznia 2025 r.

<sup>41</sup> Wywiad z dnia 11 stycznia 2025 r.

<sup>42</sup> Wywiad z dnia 18 stycznia 2025 r.

Nie wybrzydzą, jem, by przeżyć<sup>43</sup>.

R4

W toku przeprowadzonych rozmów wybrzmiała również kwestia niedoprawienia posiłków. Jeden z respondentów, którzy spędził 4 miesiące w areszcie tymczasowym, swoje doświadczenia opisuje w następujący sposób:

Ze względów organizacyjnych wprowadzono kilka takich ogólnych zasad związanych z jedzeniem. Po pierwsze, posiłki są niesolone albo bardzo mało solone, co czasami jest trudne. Bo zupa z kapusty i marchewki na samej wodzie, która nie ma tłuszczu ani soli, jest trudna do zjedzenia. Też nie stosuje się zazwyczaj innych przypraw. Więc to jest takie bardzo podstawowe. Ugotowane warzywa i kasza. Kasza jest bez tłuszczu i soli. Ja, żeby sobie to jakoś rozwiązać, wkładałem tę kaszę do tej wody z warzyw<sup>44</sup>.

R5

Wyniki przeprowadzonych badań wskazują, że na brak przypraw narzekali głównie osadzeni, którzy korzystali z żywienia dostosowanego do ich potrzeb medycznych (np. diety lekkostrawnej czy cukrzycowej). Jeden z funkcjonariuszy Służby Więziennej przyznał, że rzeczywiście są to posiłki, których nie doprawia się wcale. Nie dotyczy to jednak diety podstawowej, gdzie przyprawy pozostają do dyspozycji kuchni.

Z tłuszczu jest tylko margaryna, która jest bardzo niezdrowym tłuszczem, ale pozwala wypełnić kucharzowi normę kaloryczną. Dość dużo pieczywa jest dawane. Nie ma cukru, nie ma soli. Nie ma nic surowego. Wybór warzyw jest bardzo mały, bo sprowadza się w zasadzie do kapusty, marchewki i buraczków. Przez 4 miesiące nic innego nie było. Od czasu do czasu pojawia się cieciora, a soczewica jest może raz w tygodniu. [...] W tej diecie to nie ma nic do gryzienia. Wszystko jest ugotowane. Może jabłko, jeśli ktoś ma<sup>45</sup>. Gryzienie daje jednak poczucie wypełnienia kubków smakowych<sup>46</sup>.

R5

---

<sup>43</sup> Wywiad z dnia 15 stycznia 2025 r.

<sup>44</sup> Wywiad z dnia 8 lutego 2025 r.

<sup>45</sup> Jabłko pojawia się najczęściej w dietach cukrzycowych. Osadzeni narzekali, że często to jedyna droga, by w trakcie odbywania kary otrzymać świeży owoc.

<sup>46</sup> Wywiad z dnia 8 lutego 2025 r.

Przedstawione wypowiedzi nie mają charakteru reprezentatywnego, lecz wskazują na powtarzalne wzorce doświadczeń i praktyk organizacyjnych, które – w zestawieniu z analizą regulacji prawnych – pozwalają identyfikować kluczowe napięcia między normą a praktyką w obszarze żywienia osób pozbawionych wolności.

### 3.3. Możliwość samodzielnego przygotowywania posiłków, zakupy

Skazani odbywający karę pozbawienia wolności w zakładzie karnym typu zamkniętego oraz osoby tymczasowo aresztowane nie mają możliwości przygotowywania posiłków samodzielnie. Czasem umożliwia się im jedynie podgrzanie przy użyciu maszynki elektrycznej wydanej przed oddziałowego posiłku przygotowanego przez administrację<sup>47</sup>. W zakresie samodzielnego gotowania są jednak ograniczeni do czterech ścian własnej celi i grzałki elektrycznej bądź czajnika o mocy maksymalnej 1000 W. Sprawia to, że możliwe jest przygotowanie prostych dań typu *instant*, ale bardziej skomplikowane potrawy wymagają wykazania się kreatywnością. Autorka przewodnika dotyczącego tymczasowego aresztowania<sup>48</sup>, która w aresztach śledczych spędziła blisko pół roku, w trakcie wywiadu wspominała, jak razem ze współosadzoną lepiły pierogi z serem, które następnie gotowały w czajniku<sup>49</sup>.

Dla osób skazanych i tymczasowo aresztowanych jedynym miejscem, w którym mogą dokonywać swojego zaopatrzenia, jest kantyna. Prawo do zakupów przysługuje im trzy razy w miesiącu (art. 113a § 1 k.k.w.). Mogą kupować wtedy artykuły żywnościowe i wyroby tytoniowe oraz inne artykuły dopuszczone do sprzedaży w danym miejscu. Ponadto raz w miesiącu możliwe jest również przygotowanie paczki żywnościowej przez bliskich (art. 113a § 3 k.k.w.), którzy jednak są także ograniczeni asortymentem kantyny.

Dostępność produktów jest niewielka. Do tej pory nie stworzono konkretnych standardów, które produkty spożywcze powinny spełniać, żeby można je było kupić w każdej jednostce. Kierująca kantyną w jednym z większych polskich aresztów śledczych wskazywała, że z ich perspektywy najbardziej kluczowe są karty z doładowaniem do telefonu

---

<sup>47</sup> Zarządzenie nr 10/2024 Dyrektora Zakładu Karnego we Wronkach z dnia 19 stycznia 2024 r. w sprawie porządku wewnętrznego dla skazanych w zakładzie karnym typu zamkniętego. Pobrano z: [https://zk\\_wronki.bip.gov.pl/akty-prawne/porzadek-wewnetrzny-zaklad-karny-we-wronkach.html](https://zk_wronki.bip.gov.pl/akty-prawne/porzadek-wewnetrzny-zaklad-karny-we-wronkach.html) [dostęp: 19.01.2025].

<sup>48</sup> A. Drozd, J. Szymański: *Tymczasowe aresztowanie. Praktyczny przewodnik dla osadzonych, ich bliskich oraz obrońców*. Prawo Anny, Wrocław 2020.

<sup>49</sup> Wywiad z dnia 22 listopada 2024 r.

i znaczki pocztowe, których dostępności wymaga od nich administracja jednostki<sup>50</sup>. W toku wywiadów<sup>51</sup> osadzeni najbardziej skarżyli się na deficyt owoców i warzyw<sup>52</sup>, był to także problem zauważony przez Rzecznika Praw Obywatelskich, który interweniował na tym polu<sup>53</sup>.

Oprócz ograniczeń związanych z dostępnością produktów dodatkowo osadzeni muszą mieć na uwadze limity wagowe. Jednorazowo możliwy jest zakup maksymalnie 6 kg artykułów żywnościowych oraz 9 l napojów (art. 110a § 1 k.k.w.). Przepisy w tym zakresie są szczególnie frustrujące dla osób, które rezygnują z przyjmowania posiłków przygotowywanych na terenie zakładu i decydują się na samodzielne komponowanie swojej diety<sup>54</sup>.

Nie ma co ukrywać, 6 kg dla dorosłego człowieka, do czego wliczane są owoce i warzywa, no to zasadniczo nie da się kupić na miesiąc jedzenia, żeby zmieścić się w 6 kg, żeby dorosły mężczyzna mógł przez miesiąc na tym funkcjonować. Ten limit wagowy jest absurdalny. Może nie należy go całkowicie znieść, bo wydaje mi się, że te limity powstały, bo dużo ludzi robiło nadmiar zakupów i to jedzenie się po prostu psuło, i gdzieś tam utylizowali niepotrzebnie to jedzenie. Może faktycznie to jest jakiś pomysł, żeby nie marnować jedzenia u nas, zwłaszcza że są kraje, gdzie nie ma w ogóle jedzenia, więc to takie trochę idiotyczne, żeby kupować nad wyraz i wyrzucać do śmieci, no ale ten limit 6 kg jest naprawdę uciążliwy. Więc jeżeli już limit, to może go po prostu troszkę przesunąć. Dla mnie osobiście, ja jestem cały czas w treningach, ja dużo ćwiczę, chociaż jestem dosyć niski i szczupły, to ja dosyć dużo ćwiczę, więc dużo przejadam i dla mnie, myślę, że nawet 12 kg mogłoby nie wystarczyć<sup>55</sup>.

R1

Nawet przy dodatkowym zaopatrzeniu i regularnych zakupach w kantynie – na które ze względów finansowych nie każdy osadzony może sobie pozwolić – trudno jest skonstruować zbilansowaną dietę, która będzie odpowiadała potrzebom i preferencjom smakowym konkretnej

<sup>50</sup> Wywiad z dnia 14 grudnia 2024 r.

<sup>51</sup> Wywiad z dnia 11 stycznia 2025 oraz z dnia 15 stycznia 2025 r.

<sup>52</sup> Tymczasowo aresztowana osadzona w Areszcie Śledczym w Nisku skarżyła się, że w kantynie z produktów świeżych dostępne były tylko cebula i czosnek (na podstawie wywiadu z dnia 22 listopada 2024 r.).

<sup>53</sup> Rzecznik Praw Obywatelskich: *Więźniowie będą mogli dostawać owoce i warzywa – Służba Więzienna spełniła postulat RPO*. <https://bip.brpo.gov.pl/pl/content/wiezniowie-dostana-owoce-i-warzywa-sluzba-wiezienna-spelnila-postulat-rpo> [dostęp: 02.12.2024].

<sup>54</sup> Wywiad z dnia 15 stycznia 2025 r.

<sup>55</sup> Wywiad z dnia 18 listopada 2025 r.

osoby. Powinno to stanowić punkt wyjścia do systemowych rozważań, jak można byłoby system ten usprawnić, jednocześnie nie tworząc pola do potencjalnych nadużyć.

#### 4. Wnioski i rekomendacje

Kara pozbawienia wolności jest najsurowszą z kar w katalogu przewidzianym przez polski Kodeks karny<sup>56</sup>. Sama izolacja jest na tyle dotkliwa, że nie powinno się znacząco zwiększać tego dyskomfortu poprzez inne elementy związane z organizacją wewnętrzną zakładów karnych<sup>57</sup>. Wyżywienie w polskich zakładach karnych stanowi istotny, choć często pomijany element systemu penitencjarnego. Analiza regulacji prawnych<sup>58</sup> oraz praktycznych doświadczeń osadzonych pokazuje, że choć system żywieniowy teoretycznie spełnia minimalne standardy, w rzeczywistości wiąże się z szeregiem problemów takich jak: niska jakość posiłków, ich monotonia, regionalne różnice w standardzie wyżywienia oraz ograniczony dostęp do alternatywnych źródeł pożywienia.

Międzynarodowe doświadczenia pokazują, że poprawa jakości wyżywienia w więzieniach może przynieść wymierne korzyści nie tylko dla samych osadzonych, ale także dla całego systemu penitencjarnego, wspierając proces resocjalizacji i poprawiając bezpieczeństwo w zakładach karnych<sup>59</sup>. Warto zatem rozważyć wdrożenie reform, które przyczyniłyby się do podniesienia standardu wyżywienia i zwiększenia autonomii osadzonych w zakresie organizacji posiłków. Na podstawie przeprowadzonych badań autorka wskazuje następujące rekomendacje, które mogłyby wpłynąć na poprawę warunków żywieniowych w polskich jednostkach penitencjarnych:

- 1) wprowadzenie waloryzacji dziennej stawki żywieniowej, która będzie uwzględniać inflację oraz rynkowe ceny produktów spożywczych;

---

<sup>56</sup> Art. 32 ustawy z dnia 6 czerwca 1997 r. – Kodeks karny. Dz.U. 1997, nr 88, poz. 553 ze zm.

<sup>57</sup> K. Mamak: *Filozofia karania na nowo*. Krakowski Instytut Prawa Karnego, Kraków 2021.

<sup>58</sup> Akty prawne omawiane w toku artykułu: ustawa z dnia 6 czerwca 1997 r. – Kodeks karny wykonawczy, Rozporządzenie Ministra Sprawiedliwości z dnia 19 lutego 2016 r. w sprawie wyżywienia osadzonych w zakładach karnych i aresztach śledczych, Zarządzenie nr 23/17 Dyrektora Generalnego Służby Więziennej z dnia 3 kwietnia 2017 r. w sprawie realizacji wyżywienia osób osadzonych w zakładach karnych i aresztach śledczych, Zarządzenie nr 22/19 Dyrektora Generalnego Służby Więziennej z dnia 17 kwietnia 2019 r. w sprawie gospodarki żywieniowej w jednostkach organizacyjnych Służby Więziennej.

<sup>59</sup> K. Wilson: *How small changes to prison food drastically cut inmate violence...*

- 2) zwiększenie limitów wagowych na zakupy w kantynie, które pozwoli osobom komponującym dietę we własnym zakresie robić to w sposób efektywny i zbilansowany;
- 3) większe zaangażowanie osadzonych w planowanie i komponowanie posiłków, co mogłoby nie tylko poprawić jakość jedzenia, ale także zwiększyć poczucie odpowiedzialności i samodzielności wśród skazanych<sup>60</sup>.

Podjęcie działań w tych obszarach mogłoby przyczynić się do poprawy warunków odbywania kary pozbawienia wolności w Polsce, zmniejszenia napięć wśród osadzonych oraz wsparcia procesu resocjalizacji. Proponowane przez autorkę większe zaangażowanie osadzonych w planowanie i komponowanie posiłków w obecnym stanie prawnym mogłoby być trudne. Z uwagi na precyzyjnie określone normy, w kontekście wymaganej zawartości białka, tłuszczu i węglowodanów w posiłkach, istnieje szansa, że spełnienie tych standardów byłoby problematyczne dla osób bez odpowiedniego przeszkolenia. Niemniej jednak jest to kwestia, którą należy uwzględnić przy formułowaniu propozycji modyfikacji systemu żywienia w zakładach karnych, zwłaszcza w świetle doświadczeń norweskich jednostek penitencjarnych<sup>61</sup>.

Za potencjalnie wartościowe należy uznać także rozważenie możliwości samodzielnego przygotowywania posiłków przez osoby pozbawione wolności – czy to poprzez dopuszczenie do użytku niewielkich urządzeń elektrycznych, czy też poprzez utworzenie przestrzeni kuchennych dostępnych dla osadzonych pod nadzorem funkcjonariuszy Służby Więziennej. Obecnie jednak ze względu na ograniczoną dostępność kadry wdrożenie takiego rozwiązania wydaje się mało realne. Reforma systemu żywieniowego nie powinna być postrzegana wyłącznie w kategoriach kosztowych, lecz jako inwestycja w bardziej efektywny i zarazem humanitarny model wykonywania kary pozbawienia wolności.

## Bibliografia

### Literatura

Drozd A., Szymański J.: *Tymczasowe aresztowanie. Praktyczny przewodnik dla osadzonych, ich bliskich oraz obrońców*. Prawo Anny, Wrocław 2020.

---

<sup>60</sup> Obecnie osadzeni angażowani są jedynie w przygotowanie posiłków na podstawie ustalonych wcześniej receptur oraz rozwożenie ich po oddziałach pod nadzorem funkcjonariuszy.

<sup>61</sup> L. Vincent: *Appetizing, delicious food served up to prisoners?...*

Foucault M.: *Nadzorować i karać. Narodziny więzienia*. Tłum. T. Komendant. Aletheia, Warszawa 2009.

Mamak K.: *Filozofia karania na nowo*. Krakowski Instytut Prawa Karnego, Kraków 2021.

Szreder M.: *Metody i techniki sondażowych badań opinii*. PWE, Warszawa 2004.

### Akty prawne

Powszechna deklaracja praw człowieka, przyjęta przez Zgromadzenie Ogólne ONZ 10 grudnia 1948 r. Rezolucja 217 A (III). <https://libr.sejm.gov.pl/tek01/txt/onz/1948.html> [dostęp: 20.04.2026].

Reguły minimalne ONZ dotyczące postępowania z więźniami (Reguły Mandeli). [https://bip.brpo.gov.pl/sites/default/files/Reguly\\_Mandeli.pdf](https://bip.brpo.gov.pl/sites/default/files/Reguly_Mandeli.pdf) [dostęp: 27.01.2024].

Ustawa z dnia 6 czerwca 1997 r. – Kodeks karny. Dz.U. 1997, nr 88, poz. 553 ze zm.

Ustawa z dnia 6 czerwca 1997 r. – Kodeks karny wykonawczy. Dz.U. 1997, nr 90, poz. 557 ze zm.

Rozporządzenie Ministra Sprawiedliwości z dnia 19 lutego 2016 r. w sprawie wyżywienia osadzonych w zakładach karnych i aresztach śledczych. Dz.U. 2016, poz. 302.

Zarządzenie nr 23/17 Dyrektora Generalnego Służby Więziennej z dnia 3 kwietnia 2017 r. w sprawie realizacji wyżywienia osób osadzonych w zakładach karnych i aresztach śledczych. <https://czsw.bip.gov.pl/fobjects/details/1364701/zarządzenie-nr-23-dyrektora-generalnego-služby-wieziennej-z-dnia-3-kwietnia-2017-roku-w-sprawie-realizacji-wyzywienia-osob-osadzonych-w-zakładach-karnych-i-aresztach-sledczych.pdf.html> [dostęp: 20.04.2026].

Zarządzenie nr 22/19 Dyrektora Generalnego Służby Więziennej z dnia 17 kwietnia 2019 r. w sprawie gospodarki żywieniowej w jednostkach organizacyjnych Służby Więziennej. <https://czsw.bip.gov.pl/fobjects/details/1364706/zarządzenie-nr-22-dyrektora-generalnego-služby-wieziennej-z-dnia-17-kwietnia-2019-roku-w-sprawie-gospodarki-zywnosciowej-w-jednostkach-organizacyjnych-služby-wieziennej.pdf.html> [dostęp: 20.04.2026].

Zarządzenie nr 10/2024 Dyrektora Zakładu Karnego we Wronkach z dnia 19 stycznia 2024 r. w sprawie porządku wewnętrznego dla skazanych w zakładzie karnym typu zamkniętego. Pobrano z: [https://zk\\_wronki.bip.gov.pl/akty-prawne/porzadek-wewnetrzny-zaklad-karny-we-wronkach.html](https://zk_wronki.bip.gov.pl/akty-prawne/porzadek-wewnetrzny-zaklad-karny-we-wronkach.html) [dostęp: 19.01.2025].

### Orzecznictwo

Arnett v. Snyder, 331 F.3d 1223 (7th Cir. 2001). <https://caselaw.findlaw.com/court/il-court-of-appeals/1090345.html> [dostęp: 20.04.2026].

Borden v. Hofmann, 903 A.2d 629 (Vt. 2009). <https://www.vermontjudiciary.org/sites/default/files/documents/2006-345.pdf> [dostęp: 20.04.2026].

### Źródła internetowe

- Barford V.: *Is it fair to punish prisoners with horrible food?* BBC News. 18.12.2015. <https://www.bbc.com/news/magazine-35128124> [dostęp: 19.01.2025].
- Criminal Center: *What do you eat in prison.* <https://federalcriminaldefenseattorney.com/prison-life/first-day-in-prison/what-do-you-eat-in-prison/> [dostęp: 19.01.2025].
- Czajczyk A.: *Kilka faktów o więziennych posiłkach.* Służba Więzienna. <https://www.sw.gov.pl/aktualnosc/okregowy-inspektorat-sluzby-wieziennej-w-krakowie-kilka-faktow-o-wieziennych-posilkach> [dostęp: 19.01.2025].
- Eating behind bars. Ending the hidden punishment of food in prison.* Impact Justice. 2020. <https://impactjustice.org/innovation/food-in-prison/#report> [dostęp: 19.01.2025].
- Greenwood A.: *The prison food that just might be unconstitutionally bad.* Slate. 24.06.2008. <https://slate.com/news-and-politics/2008/06/can-prison-food-be-unconstitutionally-bad.html> [dostęp: 19.01.2025].
- <https://www.cfmoller.com/p/Storstroem-Prison-i2730.html> [dostęp: 19.01.2025].
- <https://www.foodbehindbars.co.uk/> [dostęp: 19.01.2025].
- Musa M.: *'I wouldn't even feed this to my dog': The inhumane reality of prison food.* The Real News Network. 16.05.2022. <https://therealnews.com/i-wouldnt-even-feed-this-to-my-dog-the-inhumane-reality-of-prison-food> [dostęp: 19.01.2025].
- Nargi L.: *Poor food in prison and jails can cause or worsen eating and health problems. And the effects can linger long after release.* The Counter. 02.01.2022. <https://thecounter.org/poor-food-prison-jail-causes-health-problems-trauma/> [dostęp: 19.01.2025].
- Queenstar O. et al.: *Food behind bars. Using food as a means of punishment and as a measure of control in prison.* 10.09.2024. <https://www.oxjournal.org/food-behind-bars/> [dostęp: 19.01.2025].
- Rzecznik Praw Obywatelskich: *Więźniowie będą mogli dostawać owoce i warzywa – Służba Więzienna spełniła postulat RPO.* <https://bip.brpo.gov.pl/pl/content/wiezniowie-dostana-owoce-i-warzywa-sluzba-wiezienna-speelniła-postulat-rpo> [dostęp: 02.12.2024].
- Strange J.: *Growing research shows impact of poor nutrition on prison violence.* San Quentin News. 28.04.2023. <https://sanquentinnews.com/growing-research-shows-impact-of-poor-nutrition-on-prison-violence> [dostęp: 19.01.2025].
- Vincent L.: *Appetizing, delicious food served up to prisoners? It works for the Nordic countries.* The Guardian. 07.05.2024. <https://www.theguardian.com/commenisfree/article/2024/may/07/prisoners-nordic-countries-cook-eat-forage-britain> [dostęp: 19.01.2025].
- Wilson K.: *How small changes to prison food drastically cut inmate violence.* Science Focus. 16.04.2022. <https://www.sciencefocus.com/the-human-body/prison-food-nutrition-violence-mental-health> [dostęp: 19.01.2025].

World Prison Brief. <https://www.prisonstudies.org/> [dostęp: 19.01.2025].

Zasada K.: *Skandal w Złotowie. Strażnicy odmawiali więźniowi jedzenia i picia.* RMF24. 14.08.2019. [https://www.rmf24.pl/fakty/polska/news-skandal-w-zlotowie-straznicy-odmawiali-wiezniowi-jedzenia-i-,nId,3148841#crp\\_state=1](https://www.rmf24.pl/fakty/polska/news-skandal-w-zlotowie-straznicy-odmawiali-wiezniowi-jedzenia-i-,nId,3148841#crp_state=1) [dostęp: 19.01.2025].