

## Ogólna

śniadanie	porcja	alergeny
zupa mleczna - ryż (• mleko 2 % • ryż)	350ml	mleko
pasztetowa (• pasztetowa)	50g	gluten, gorczyca, seler, soja
kiełbasa rawska (zawiera białko sojowe, mąkę pszenną) (• kielbasa rawska)	30g	soja
kiełki warzyw (• kiełki warzywne)	10g	
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • chleb razowy • bułka kajzerka)	130g	gluten, sezam, soja
masło (• masło)	20g	mleko
herbata ex (• herbata expres • cukier)	250ml	
dżem (• dżem truskawkowy 7,2 kg)	30g	
sałata - dekoracja (• sałata zielona)	20g	
marchew - dekoracja (• marchew)	20g	

obiad	porcja	alergeny
zupa śliwkowa z makaronem (• śliwki • śmietana 18% • cukier • mąka pszenna • makaron)	400ml	gluten, mleko
kotlet schabowy (• schab b/kości • bułka tarta • jaja • mąka pszenna • olej 5 l • mleko 2 %)	130g	gluten, jaja, mleko, soja
ziemniaki (• ziemniaki • koper świeży)	120g	
kapusta biała duszona (• kapusta biała • kielbasa toruńska • pachwina wędzona • cebula • olej 1 litr)	150g	soja
woda z cytryną (• cytryna)	200 ml	
przyprawy (• przyprawa do zup -magi 1 l • sól • przyprawa jarzynka)		jaja, mleko, seler, soja

kolacja	porcja	alergeny
sałatka z ryby pieczonej z warzywami i olejem (• filet z morszczuka • pomidor • ogórek kiszony • jabłko • olej 1 litr • nać pietruszki • Kukurydza konserwowa 2,5)	100g	ryby
szynka konserwowa (• szynka konserwowa)	50g	gluten, gorczyca, mleko, seler, soja
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • chleb razowy)	100g	gluten, sezam, soja
masło (• masło)	10g	mleko
herbata ex (• herbata expres • cukier)	250ml	
jabłko deserowe (• jabłko)	1 szt	

Wartość energetyczna	Białka	Tłuszcze	Węglowodany
kcal	g	g	g
<b>2502</b>	<b>97</b>	<b>123</b>	<b>351</b>

## Lekkostrawna

śniadanie	porcja	alergeny
zupa mleczna - ryż ( <b>• mleko 2 % • ryż</b> )	350ml	mleko
pasztetowa ( <b>• pasztetowa</b> )	50g	gluten, gorczyca, seler, soja
kiełbasa rawska (zawiera białko sojowe, mąkę pszenną) ( <b>• kiełbasa rawska</b> )	30g	soja
kiełki warzyw ( <b>• kiełki warzywne</b> )	10g	
pieczywo mieszane ( <b>• chleb baltonowski • chleb razowy • bułka kajzerka</b> )	130g	gluten, sezam, soja
masło ( <b>• masło</b> )	20g	mleko
herbata ex ( <b>• herbata expres • cukier</b> )	250ml	
dżem ( <b>• dżem truskawkowy 7,2 kg</b> )	30g	
sałata - dekoracja ( <b>• sałata zielona</b> )	20g	
marchew - dekoracja ( <b>• marchew</b> )	20g	

obiad	porcja	alergeny
zupa śliwkowa z makaronem ( <b>• śliwki • śmietana 18% • cukier • mąka pszenna • makaron</b> )	400ml	gluten, mleko
schab duszony w sosie własnym ( <b>• schab b/kości • mąka pszenna • olej 1 litr</b> )	70g	gluten
ziemniaki ( <b>• ziemniaki • koper świeży</b> )	120g	
warzywa na parze ( <b>• bukiet warzyw 3 • masło</b> )	150g	mleko
woda z cytryną ( <b>• cytryna</b> )	200 ml	
przyprawy ( <b>• przyprawa do zup -magi 1 l • sól • przyprawa jarzynka</b> )		jaja, mleko, seler, soja

kolacja	porcja	alergeny
sałatka z ryby pieczonej z warzywami i olejem ( <b>• filet z morszczuka • pomidor • ogórek kiszony • jabłko • olej 1 litr • nać pietruszki • Kukurydza konserwowa 2,5</b> )	100g	ryby
szynka konserwowa ( <b>• szynka konserwowa</b> )	50g	gluten, gorczyca, mleko, seler, soja
pieczywo mieszane ( <b>• chleb baltonowski • chleb razowy</b> )	100g	gluten, sezam, soja
masło ( <b>• masło</b> )	10g	mleko
herbata ex ( <b>• herbata expres • cukier</b> )	250ml	
jabłko deserowe ( <b>• jabłko</b> )	1 szt	

Wartość energetyczna	Białka	Tłuszcze	Węglowodany
kcal	g	g	g
<b>2298</b>	<b>93</b>	<b>88</b>	<b>326</b>

## Dieta cukrzycowa 5

śniadanie	porcja	alergeny
jogurt naturalny (• <b>jogurt naturalny 150 g</b> )	1 szt	mleko
pasztetowa (• <b>pasztetowa</b> )	50g	gluten, gorczyca, seler, soja
kiełbasa rawska (zawiera białko sojowe, mąkę pszenną) (• <b>kiełbasa rawska</b> )	30g	soja
kiełki warzyw (• kiełki warzywne)	10g	
pieczywo razowe (• <b>chleb razowy</b> )	80g	gluten, sezam, soja
masło (• <b>masło</b> )	20g	mleko
herbata ex (• herbata expres)	250ml	
sałata - dekoracja (• sałata zielona)	20g	
marchew - dekoracja (• marchew)	20g	

obiad	porcja	alergeny
zupa śliwkowa z makaronem (• śliwki • <b>śmietana 18%</b> • cukier • <b>mąka pszenna</b> • makaron)	400ml	gluten, mleko
schab duszony w sosie własnym (• schab b/kości • <b>mąka pszenna</b> • olej 1 litr)	70g	gluten
ziemniaki (• ziemniaki)	80g	
warzywa na parze (• bukiet warzyw 3 • <b>masło</b> )	150g	mleko
woda z cytryną (• cytryna)	200 ml	
przyprawy (• <b>przyprawa do zup -magi 1 l</b> • sól • <b>przyprawa jarzynka</b> )		jaja, mleko, seler, soja

kolacja	porcja	alergeny
sałatka z ryby pieczonej z warzywami i olejem (• <b>filet z morszczuka</b> • pomidor • ogórek kiszony • jabłko • olej 1 litr • nać pietruszki • Kukurydza konserwowa 2,5)	100g	ryby
szynka konserwowa (• <b>szynka konserwowa</b> )	50g	gluten, gorczyca, mleko, seler, soja
pieczywo razowe (• <b>chleb razowy</b> )	80g	gluten, sezam, soja
masło (• <b>masło</b> )	10g	mleko
herbata ex (• herbata expres)	250ml	
jabłko deserowe (• jabłko)	1 szt	

Wartość energetyczna	Białka	Tłuszcze	Węglowodany
kcal	g	g	g
<b>1891</b>	<b>86</b>	<b>85</b>	<b>238</b>

## Ogólna

śniadanie	porcja	alergeny
ser żółty ( <b>• ser żółty</b> )	70g	mleko
sałatka z cebuli i koncentratu pomidorowego ( <b>• koncentrat pomidorowy • cebula • olej 1 litr</b> )	30g	
pomidory w śmietanie ( <b>• pomidor • cebula • śmietana 18% • jogurt naturalny litry • szczypiorek</b> )	80g	mleko
pieczywo mieszane ( <b>• chleb baltonowski • chleb razowy • bułka kajzerka</b> )	130g	gluten, sezam, soja
masło ( <b>• masło</b> )	20g	mleko
kakao na mleku ( <b>• kakao • mleko 2 % • cukier</b> )	250 ml	mleko
dżem ( <b>• Dżem z czarnej porzeczki 7,20 kg</b> )	30g	
sałata - dekoracja ( <b>• sałata zielona</b> )	20g	

obiad	porcja	alergeny
zupa pieczarkowa z kaszą pęczak ( <b>• śmietana 18% • kasza pęczak • pieczarka świeża • grzbiety z kurczaka kg • marchew • seler • cebula • mąka pszenna • pory</b> )	400ml	gluten, mleko, seler
udko drobiowe pieczone ( <b>• ćwiartka kurczaka • margaryna • przyprawa do kurczaka</b> )	1 szt	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
ziemniaki ( <b>• ziemniaki • koper świeży</b> )	120g	
buraki saute ( <b>• buraki • Roślinne z Mlekovity • mąka pszenna • cukier</b> )	120g	gluten
kompot wieloowocowy ( <b>• śliwki • cukier • czarna porzeczka mrożona</b> )	220ml	
przyprawy ( <b>• przyprawa do zup -magi 1 l • sól • przyprawa jarzynka</b> )		jaja, mleko, seler, soja

kolacja	porcja	alergeny
sałatka ruska z olejem ( <b>• ziemniaki • ogórek konserwowy 4100/2200 • cebula • olej 1 litr</b> )	150g	gorczyca
łopatka pieczona ( <b>• łopatka pieczona</b> )	50g	gluten, mleko
pieczywo mieszane ( <b>• chleb baltonowski • chleb razowy</b> )	100g	gluten, sezam, soja
masło ( <b>• masło</b> )	10g	mleko
herbata ex ( <b>• herbata expres • cukier</b> )	250ml	
kefir 150g ( <b>• Kefir 150g</b> )	1szt	
jabłko deserowe ( <b>• jabłko</b> )	1 szt	

PN	porcja	alergeny
serek Tartar ( <b>• ser tartar</b> )	20g	mleko

Kolejowy Szpital Uzdrowski Sp. z o.o.  
w Ciechocinku  
ul. Zdrojowa 17  
87-720 Ciechocinek  
NIP: 891-14-07-710

## Jadłospis

Na dzień: 12.03.2026, czwartek

<b>Wartość energetyczna</b>	<b>Białka</b>	<b>Tłuszcze</b>	<b>Węglowodany</b>
kcal	g	g	g
<b>2507</b>	<b>134</b>	<b>125</b>	<b>306</b>

## Lekkostrawna

śniadanie	porcja	alergeny
szynka biesiadna (• szynka biesiadna)	60g	
serek PHILADELFA (• serek filadelfia 16,6g)	1szt	
pomidory w jogurcie (• pomidor • <b>jogurt naturalny litry</b> • nać pietruszki)	80g	mleko
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • <b>chleb razowy</b> • <b>bułka kajzerka</b> )	130g	gluten, sezam, soja
masło (• <b>masło</b> )	20g	mleko
kakao na mleku (• kakao • <b>mleko 2 %</b> • cukier)	250 ml	mleko
dżem (• Dżem z czarnej porzeczki 7,20 kg)	30g	
sałata - dekoracja (• sałata zielona)	20g	

obiad	porcja	alergeny
zupa krupnik z kaszy pęczak (• marchew • <b>seler</b> • kasza pęczak • ziemniaki • pory • grzbiety z kurczaka kg)	400ml	seler
udko drobiowe pieczone (• ćwiartka kurczaka • margaryna • <b>przyprawa do kurczaka</b> )	1 szt	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
ziemniaki (• ziemniaki • koper świeży)	120g	
buraki saute (• buraki • Roślinne z Mlekovity • <b>mąka pszenna</b> • cukier)	120g	gluten
kompot wieloowocowy (• śliwki • cukier • czarna porzeczka mrożona)	220ml	
przyprawy (• <b>przyprawa do zup -magi 1 l</b> • sól • <b>przyprawa jarzynka</b> )		jaja, mleko, seler, soja

kolacja	porcja	alergeny
pierogi leniwe (• <b>twaróg półtłusty</b> • ziemniaki • <b>jaja</b> • mąka ziemniaczana • Roślinne z Mlekovity)	250g	jaja, mleko
łopatka pieczona (zawiera hydrolizat białka sojowego, błonnik pszenny) (• <b>łopatka pieczona</b> )	30g	gluten, mleko
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • <b>chleb razowy</b> )	100g	gluten, sezam, soja
masło (• <b>masło</b> )	10g	mleko
herbata ex (• herbata expres • cukier)	250ml	
jabłko pieczone (• jabłko)	1 szt/140g	

PN	porcja	alergeny
serek Tartar (• <b>ser tartar</b> )	20g	mleko

Wartość energetyczna	Białka	Tłuszcze	Węglowodany
kcal	g	g	g
<b>2253</b>	<b>138</b>	<b>99</b>	<b>354</b>

## Dieta cukrzycowa 5

śniadanie	porcja	alergeny
szynka biesiadna (• szynka biesiadna)	60g	
serek PHILADELFIA (• serek filadelfia 16,6g)	1szt	
pomidory w jogurcie (• pomidor • <b>jogurt naturalny litry</b> • nać pietruszki)	80g	mleko
pieczywo razowe (• <b>chleb razowy</b> )	80g	gluten, sezam, soja
masło (• <b>masło</b> )	20g	mleko
Kakao na mleku (• <b>mleko 2 %</b> • kakao)	250ml	mleko
sałata - dekoracja (• sałata zielona)	20g	

II śniadanie	porcja	alergeny
kefir 150g (• Kefir 150g)	1szt	

obiad	porcja	alergeny
zupa krupnik z kaszy pęczak (• marchew • <b>seler</b> • kasza pęczak • ziemniaki • pory • grzbiety z kurczaka kg)	400ml	seler
udko drobiowe pieczone (• ćwiartka kurczaka • margaryna • <b>przyprawa do kurczaka</b> )	1 szt	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
ziemniaki (• ziemniaki)	80g	
buraki gotowane (• buraki • Roślinne z Mlekovity)	120g	
kompot wielowocowy (• śliwki • czarna porzeczka mrożona)	220ml	
przyprawy (• <b>przyprawa do zup -magi 1 l</b> • sól • <b>przyprawa jarzynka</b> )		jaja, mleko, seler, soja

podwieczorek	porcja	alergeny
Koktajl pomidorowy (• pomidory 2 • nać pietruszki • <b>masło</b> )	180 ml	mleko

kolacja	porcja	alergeny
pierogi leniwe (• <b>twaróg półtłusty</b> • ziemniaki • <b>jaja</b> • mąka ziemniaczana • Roślinne z Mlekovity)	170g	jaja, mleko
łopatka pieczona (zawiera hydrolizat białka sojowego, błonnik pszenny) (• <b>łopatka pieczona</b> )	30g	gluten, mleko
pieczywo razowe (• <b>chleb razowy</b> )	80g	gluten, sezam, soja
masło (• <b>masło</b> )	10g	mleko
herbata ex (• herbata expres)	250ml	
jabłko pieczone z cynamonem (• jabłko • cynamon)	150g	

PN	porcja	alergeny
serek Tartar (• <b>ser tartar</b> )	20g	mleko

Wartość energetyczna	Białka	Tłuszcze	Węglowodany
kcal	g	g	g
<b>1965</b>	<b>132</b>	<b>100</b>	<b>248</b>

## Ogólna

śniadanie	porcja	alergeny
zupa mleczna - płatki kukurydziane (• mleko 2 % • płatki kukurydziane)	350ml	mleko
jajko gotowane (• jaja)	1 szt	jaja
schab drobiowy z majerankiem (• schab drobiowy z majerankiem)	40g	gluten, mleko, soja
ogórek zielony z koprem (• ogórek świeży • koper świeży)	60g	
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • chleb razowy • bułka kajzerka)	130g	gluten, sezam, soja
masło (• masło)	20g	mleko
herbata ex (• herbata expres • cukier)	250ml	
dżem (• dżem brzoskwiniowy 7,20 kg)	30g	
sałata - dekoracja (• sałata zielona)	20g	
marchew - dekoracja (• marchew)	20g	

obiad	porcja	alergeny
zupa grochowa z ziemniakami (• marchew • seler • pachwina wędzona • MASŁO • cebula • mąka pszenna • groch • ziemniaki • czosnek świeży główka 1 • grzbiety z kurczaka kg • pory)	400ml	gluten, seler
ryba pieczona w sosie maślano cytrynowym (• filet z mirun-ryba • olej 1 litr • mąka pszenna • cytryna • masło • śmietana 18%)	100g	gluten, mleko, ryby
ziemniaki (• ziemniaki • koper świeży)	120g	
surówka z kapusty czerwonej		
kompot wielowocowy (• śliwki • cukier • czarna porzeczka mrożona)	220ml	
przyprawy (• przyprawa do zup -magi 1 l • sól • przyprawa jarzynka)		jaja, mleko, seler, soja

kolacja	porcja	alergeny
pierogi leniwe (• twaróg półtłusty • ziemniaki • jaja • mąka ziemniaczana • Roślinne z Mlekovity)	250g	jaja, mleko
kielbasa krakowska (• kielbasa krakowska)	30g	soja
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • chleb razowy)	100g	gluten, sezam, soja
masło (• masło)	10g	mleko
herbata ex (• herbata expres • cukier)	250ml	
jabłko pieczone po kapitańsku (• jabłko • cynamon • cukier)	150g	

PN	porcja	alergeny
serek PHILADELFA (• serek filadelfia 16,6g)	1szt	

Kolejowy Szpital Uzdrowski Sp. z o.o.  
w Ciechocinku  
ul. Zdrojowa 17  
87-720 Ciechocinek  
NIP: 891-14-07-710

## Jadłospis

Na dzień: 13.03.2026, piątek

<b>Wartość energetyczna</b>	<b>Białka</b>	<b>Tłuszcze</b>	<b>Węglowodany</b>
kcal	g	g	g
<b>2729</b>	<b>117</b>	<b>87</b>	<b>420</b>

## Lekkostrawna

śniadanie	porcja	alergeny
zupa mleczna - płatki kukurydziane (• mleko 2 % • płatki kukurydziane)	350ml	mleko
jajko gotowane (• jaja)	1 szt	jaja
schab drobiowy z majerankiem (• schab drobiowy z majerankiem)	40g	gluten, mleko, soja
ogórek zielony z koprem (• ogórek świeży • koper świeży)	60g	
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • chleb razowy • bułka kajzerka)	130g	gluten, sezam, soja
masło (• masło)	20g	mleko
herbata ex (• herbata expres • cukier)	250ml	
dżem (• dżem brzoskwiniowy 7,20 kg)	30g	
sałata - dekoracja (• sałata zielona)	20g	
marchew - dekoracja (• marchew)	20g	

obiad	porcja	alergeny
zupa z zielonego groszku z ziemniakami (• groszek konserwowy 2,6 • śmietana 18% • mąka pszenna • ziemniaki • marchew • seler • grzbiety z kurczaka kg)	400ml	gluten, mleko, seler
ryba pieczona w sosie maślanym cytrynowym (• filet z mirun-ryba • olej 1 litr • mąka pszenna • cytryna • masło • śmietana 18%)	100g	gluten, mleko, ryby
ziemniaki (• ziemniaki • koper świeży)	120g	
surówka z kapusty białej (• kapusta biała • marchew • olej 1 litr • seler • cukier)	110g	seler
kompot wieloowocowy (• śliwki • cukier • czarna porzeczka mrożona)	220ml	
przyprawy (• przyprawa do zup -magi 1 l • sól • przyprawa jarzynka)		jaja, mleko, seler, soja

kolacja	porcja	alergeny
sałatka grecka (• sałata lodowa 1 • pomidor • ogórek świeży • filet z piersi kurczaka • olej 1 litr • koper świeży)	100g	
kiełbasa krakowska (• kiełbasa krakowska)	50g	soja
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • chleb razowy)	100g	gluten, sezam, soja
masło (• masło)	10g	mleko
herbata ex (• herbata expres • cukier)	250ml	
kefir 150g (• Kefir 150g)	1szt	

PN	porcja	alergeny
serek PHILADELFA (• serek filadelfia 16,6g)	1szt	

Kolejowy Szpital Uzdrowski Sp. z o.o.  
w Ciechocinku  
ul. Zdrojowa 17  
87-720 Ciechocinek  
NIP: 891-14-07-710

## Jadłospis

Na dzień: 13.03.2026, piątek

<b>Wartość energetyczna</b>	<b>Białka</b>	<b>Tłuszcze</b>	<b>Węglowodany</b>
kcal	g	g	g
<b>2447</b>	<b>98</b>	<b>96</b>	<b>306</b>

## Dieta cukrzycowa 5

śniadanie	porcja	alergeny
jajko gotowane ( <b>• jaja</b> )	1 szt	jaja
schab drobiowy z majerankiem ( <b>• schab drobiowy z majerankiem</b> )	40g	gluten, mleko, soja
ogórek zielony z koprem ( <b>• ogórek świeży • koper świeży</b> )	60g	
pieczywo razowe ( <b>• chleb razowy</b> )	80g	gluten, sezam, soja
masło ( <b>• masło</b> )	20g	mleko
herbata ex ( <b>• herbata expres</b> )	250ml	
sałata - dekoracja ( <b>• sałata zielona</b> )	20g	
marchew - dekoracja ( <b>• marchew</b> )	20g	

II śniadanie	porcja	alergeny
jogurt naturalny ( <b>• jogurt naturalny 150 g</b> )	1 szt	mleko

obiad	porcja	alergeny
zupa z zielonego groszku z ziemniakami ( <b>• groszek konserwowy 2,6 • śmietana 18% • mąka pszenna • ziemniaki • marchew • seler • grzbiety z kurczaka kg</b> )	400ml	gluten, mleko, seler
ryba pieczona w sosie maślano cytrynowym ( <b>• filet z mirun-ryba • olej 1 litr • mąka pszenna • cytryna • masło • śmietana 18%</b> )	100g	gluten, mleko, ryby
ziemniaki ( <b>• ziemniaki</b> )	80g	
surówka z kapusty białej ( <b>• kapusta biała • marchew • olej 1 litr • seler</b> )	110g	seler
kompot wieloowocowy ( <b>• śliwki • czarna porzeczka mrożona</b> )	220ml	
przyprawy ( <b>• przyprawa do zup -magi 1 l • sól • przyprawa jarzynka</b> )		jaja, mleko, seler, soja

podwieczorek	porcja	alergeny
kisiel z jabłkami ( <b>• jabłko • kisiel</b> )	200g	

kolacja	porcja	alergeny
sałatka grecka ( <b>• sałata lodowa 1 • pomidor • ogórek świeży • filet z piersi kurczaka • olej 1 litr • koper świeży</b> )	100g	
kielbasa krakowska ( <b>• kielbasa krakowska</b> )	50g	soja
pieczywo razowe ( <b>• chleb razowy</b> )	80g	gluten, sezam, soja
masło ( <b>• masło</b> )	10g	mleko
herbata ex ( <b>• herbata expres</b> )	250ml	
kefir 150g ( <b>• Kefir 150g</b> )	1szt	

PN	porcja	alergeny
serek PHILADELFA ( <b>• serek filadelfia 16,6g</b> )	1szt	

**Kolejowy Szpital Uzdrowski Sp. z o.o.**  
**w Ciechocinku**  
ul. Zdrojowa 17  
87-720 Ciechocinek  
NIP: 891-14-07-710

## **Jadłospis**

Na dzień: 13.03.2026, piątek

<b>Wartość energetyczna</b>	<b>Białka</b>	<b>Tłuszcze</b>	<b>Węglowodany</b>
kcal	g	g	g
<b>1930</b>	<b>91</b>	<b>92</b>	<b>196</b>

## Ogólna

śniadanie	porcja	alergeny
serek wiejski (• serek wiejski)	1szt	
ogonówka (• ogonówka)	50g	gluten, soja
surówka wiosenna (• sałata lodowa 1 • kalarepa • rzodkiewka • koper mrożony • olej 1 litr)	70g	
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • <b>chleb razowy</b> • <b>bułka kajzerka</b> )	130g	gluten, sezam, soja
masło (• <b>masło</b> )	20g	mleko
herbata ex (• herbata expres • cukier)	250ml	
dżem (• dżem wiśniowy 7,20 kg)	30g	
marchew - dekoracja (• marchew)	20g	

obiad	porcja	alergeny
zupa grysikowa (• <b>kasza manna</b> • grzbiety z kurczaka kg • marchew • <b>seler</b> • pory)	400ml	gluten, seler
szynka wieprzowa duszona z jabłkami (• szynka wieprzowa b/k • cebula • <b>mąka pszenna</b> • olej 1 litr • jabłko)	70g	gluten
ziemniaki (• ziemniaki • koper świeży)	120g	
surówka wielowarzywna (• marchew • kalarepa • <b>seler</b> • cukier • jabłko • <b>jogurt naturalny litry</b> )	100g	mleko, seler
kompot wielowocowy (• śliwki • cukier • czarna porzeczka mrożona)	220ml	
przyprawy (• <b>przyprawa do zup -magi 1 l</b> • sól • <b>przyprawa jarzynka</b> )		jaja, mleko, seler, soja

kolacja	porcja	alergeny
kiełbasa śląska pieczona z cebulą (• <b>Kiełbasa śląska</b> • olej 1 litr • cebula)	1szt/90g	gluten, soja
musztarda (• <b>musztarda 0,9</b> )	20g	gorczyca
ser Deliser- plastry (• <b>ser w plastrach Mascarpone, Deliser, Delikat</b> )	35g/ 2 szt	mleko
ogórek kiszony (• ogórek kiszony)	80g	
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • <b>chleb razowy</b> )	100g	gluten, sezam, soja
masło (• <b>masło</b> )	10g	mleko
herbata ex (• herbata expres • cukier)	250ml	

PN	porcja	alergeny
jabłko deserowe (• jabłko)	1 szt	

Wartość energetyczna	Białka	Tłuszcze	Węglowodany
kcal	g	g	g
<b>1961</b>	<b>71</b>	<b>84</b>	<b>207</b>

**Lekkostrawna**

śniadanie	porcja	alergeny
serek wiejski (• serek wiejski)	1szt	
ogonówka (• ogonówka)	50g	gluten, soja
surówka wiosenna (• sałata lodowa 1 • kalarepa • rzodkiewka • koper mrożony • olej 1 litr)	70g	
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • <b>chleb razowy</b> • <b>bułka kajzerka</b> )	130g	gluten, sezam, soja
masło (• <b>masło</b> )	20g	mleko
herbata ex (• herbata expres • cukier)	250ml	
dżem (• dżem wiśniowy 7,20 kg)	30g	
marchew - dekoracja (• marchew)	20g	

obiad	porcja	alergeny
zupa grysikowa (• <b>kasza manna</b> • grzbiety z kurczaka kg • marchew • <b>seler</b> • pory)	400ml	gluten, seler
szynka wieprzowa duszona z jabłkami (• szynka wieprzowa b/k • cebula • <b>mąka pszenna</b> • olej 1 litr • jabłko)	70g	gluten
ziemniaki (• ziemniaki • koper świeży)	120g	
surówka wielowarzywna (• marchew • kalarepa • <b>seler</b> • cukier • jabłko • <b>jogurt naturalny litry</b> )	100g	mleko, seler
kompot wielowocowy (• śliwki • cukier • czarna porzeczka mrożona)	220ml	
przyprawy (• <b>przyprawa do zup -magi 1 l</b> • sól • <b>przyprawa jarzynka</b> )		jaja, mleko, seler, soja

kolacja	porcja	alergeny
kiełbasa parówkowa na gorąco (• <b>serdelki</b> )	1 szt/90g	gluten, soja
sos ketchup (• koncentrat pomidorowy • olej 1 litr • <b>musztarda 0,9</b> • Dżem z czarnej porzeczki 7,20 kg)	20g	gorczyca
ser Deliser- plastry (• <b>ser w plastrach Mascarpone, Deliser, Delikat</b> )	35g/ 2 szt	mleko
ogórek kiszony (• ogórek kiszony)	80g	
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • <b>chleb razowy</b> )	100g	gluten, sezam, soja
masło (• <b>masło</b> )	10g	mleko
herbata ex (• herbata expres • cukier)	250ml	

PN	porcja	alergeny
jabłko deserowe (• jabłko)	1 szt	

Wartość energetyczna	Białka	Tłuszcze	Węglowodany
kcal	g	g	g
<b>1929</b>	<b>64</b>	<b>100</b>	<b>204</b>

**Dieta cukrzycowa 5**

śniadanie	porcja	alergeny
serek wiejski (• serek wiejski)	1szt	
ogonówka (• ogonówka)	50g	gluten, soja
surówka wiosenna (• sałata lodowa 1 • kalarepa • rzodkiewka • koper mrożony • olej 1 litr)	70g	
pieczywo razowe (• chleb razowy)	80g	gluten, sezam, soja
masło (• masło)	20g	mleko
herbata ex (• herbata expres)	250ml	
marchew - dekoracja (• marchew)	20g	

II śniadanie	porcja	alergeny
sok pomidorowy (• sok pomidorowy 1l)	200ml	

obiad	porcja	alergeny
zupa grysikowa (• kasza manna • grzbiety z kurczaka kg • marchew • seler • pory)	400ml	gluten, seler
szynka wieprzowa duszona z jabłkami (• szynka wieprzowa b/k • cebula • mąka pszenna • olej 1 litr • jabłko)	70g	gluten
ziemniaki (• ziemniaki)	80g	
surówka wielowarzywna (kalarepa, seler, marchew) (• marchew • kalarepa • seler • jabłko • jogurt naturalny litry)	100g	mleko, seler
kompot wieloowocowy (• śliwki • czarna porzeczka mrożona)	220ml	
przyprawy (• przyprawa do zup -magi 1 l • sól • przyprawa jarzynka)		jaja, mleko, seler, soja

podwieczorek	porcja	alergeny
serek almette (• serek almette mini 4x30)	1 szt	

kolacja	porcja	alergeny
kiełbasa parówkowa na gorąco (• serdelki)	1 szt/90g	gluten, soja
sos ketchup (• koncentrat pomidorowy • olej 1 litr • musztarda 0,9 • Dżem z czarnej porzeczki 7,20 kg)	20g	gorczyca
ser Deliser- plastry (• ser w plastrach Mascarpone, Deliser, Delikat)	35g/ 2 szt	mleko
ogórek kiszony (• ogórek kiszony)	80g	
pieczywo razowe (• chleb razowy)	80g	gluten, sezam, soja
masło (• masło)	10g	mleko
herbata ex (• herbata expres)	250ml	

PN	porcja	alergeny
jabłko deserowe (• jabłko)	1 szt	

Wartość energetyczna	Białka	Tłuszcze	Węglowodany
kcal	g	g	g

**Kolejowy Szpital Uzdrowski Sp. z o.o.**  
**w Ciechocinku**  
ul. Zdrojowa 17  
87-720 Ciechocinek  
NIP: 891-14-07-710

## **Jadłospis**

Na dzień: 14.03.2026, sobota

<b>1784</b>	<b>64</b>	<b>101</b>	<b>160</b>
-------------	-----------	------------	------------

## Ogólna

śniadanie	porcja	alergeny
salami (• salami)	40g	
galantyna z drobiu (• galantyna drobiowa)	40g	gluten, jaja, mleko, seler
ser topiony (• ser topiony 17,5 g)	17,5g	mleko
pomidor ze szczypiorkiem (• pomidor • szczypiorek)	80g	
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • chleb razowy)	100g	gluten, sezam, soja
masło (• masło)	20g	mleko
herbata ex (• herbata expres • cukier)	250ml	
miód naturalny (• miód naturalny 1 kg)	20g	
sałata - dekoracja (• sałata zielona)	20g	

obiad	porcja	alergeny
zupa koperkowa zabelana z makaronem (• koper świeży • makaron • śmietana 18% • marchew • seler • mąka pszenna • grzbiety z kurczaka kg • pory)	400ml	gluten, mleko, seler
bitka z karkówki w sosie myśliwskim (• karkówka b/k • olej 1 litr • koncentrat pomidorowy • papryka konserwowa 3,5/1,7 • mąka pszenna • cebula • ogórek konserwowy 4100/2200 • pieczarka świeża • fasola szparagowa mrożona)	70g	gluten, gorczyca
ziemniaki (• ziemniaki • koper świeży)	120g	
surówka z marchwi i porów (• marchew • pory • jogurt naturalny litry)	100g	mleko
brokuł z masłem (• brokuły mrożone • Roślinne z Mlekovity • bułka tarta)	60g	gluten, soja
kompot wielowocowy (• śliwki • cukier • czarna porzeczka mrożona)	220ml	
przyprawy (• przyprawa do zup -magi 1 l • sól • przyprawa jarzynka)		jaja, mleko, seler, soja

kolacja	porcja	alergeny
szynka gotowana (• szynka gotowana)	70g	gluten, soja
sałatka jarzynowa z majonezem (• marchew • seler • groszek konserwowy 2,6 • ogórek konserwowy 4100/2200 • majonez • jaja • ziemniaki • papryka konserwowa 1,5 • pory)	180g	gorczyca, jaja, seler
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • chleb razowy)	100g	gluten, sezam, soja
masło (• masło)	10g	mleko
herbata ex (• herbata expres • cukier)	250ml	
babka piaskowa (• babka piaskowa)	50g	gluten, jaja
jogurt naturalny (• jogurt naturalny 150 g)	1 szt	mleko

PN	porcja	alergeny
jogurt naturalny (• jogurt naturalny 150 g)	1 szt	mleko

Kolejowy Szpital Uzdrowski Sp. z o.o.  
w Ciechocinku  
ul. Zdrojowa 17  
87-720 Ciechocinek  
NIP: 891-14-07-710

## Jadłospis

Na dzień: 15.03.2026, niedziela

<b>Wartość energetyczna</b>	<b>Białka</b>	<b>Tłuszcze</b>	<b>Węglowodany</b>
kcal	g	g	g
<b>2441</b>	<b>80</b>	<b>107</b>	<b>336</b>

## Lekkostrawna

śniadanie	porcja	alergeny
salami (• salami)	40g	
galantyna z drobiu (• <b>galantyna drobiowa</b> )	40g	gluten, jaja, mleko, seler
serek Tartar (• <b>ser tartar</b> )	20g	mleko
pomidory (• pomidor)	80g	
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • <b>chleb razowy</b> )	100g	gluten, sezam, soja
masło (• <b>masło</b> )	20g	mleko
herbata ex (• herbata expres • cukier)	250ml	
miód naturalny (• miód naturalny 1 kg)	20g	
sałata - dekoracja (• sałata zielona)	20g	

obiad	porcja	alergeny
zupa koperkowa zabelana z makaronem (• koper świeży • <b>makaron</b> • <b>śmietana 18%</b> • marchew • <b>seler</b> • <b>mąka pszenna</b> • grzbiety z kurczaka kg • pory)	400ml	gluten, mleko, seler
bitka ze schabu duszona (• schab b/kości • <b>mąka pszenna</b> • olej 1 litr)	70g	gluten
ziemniaki (• ziemniaki • koper świeży)	120g	
surówka z marchwi i porów (• marchew • pory • <b>jogurt naturalny litry</b> )	100g	mleko
brokuł z masłem (• brokuły mrożone • Roślinne z Mlekovity • <b>bułka tarta</b> )	60g	gluten, soja
kompot wielowocowy (• śliwki • cukier • czarna porzeczka mrożona)	220ml	
przyprawy (• <b>przyprawa do zup -magi 1 l</b> • sól • <b>przyprawa jarzynka</b> )		jaja, mleko, seler, soja

kolacja	porcja	alergeny
szynka gotowana (• <b>szynka gotowana</b> )	70g	gluten, soja
sałatka jarzynowa z olejem (• marchew • <b>seler</b> • Kukurydza konserwowa 2,5 • ogórek kiszony • olej 1 litr • <b>jaja</b> • ziemniaki • jabłko)	180g	jaja, seler
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • <b>chleb razowy</b> )	100g	gluten, sezam, soja
masło (• <b>masło</b> )	10g	mleko
herbata ex (• herbata expres • cukier)	250ml	
babka piaskowa (• <b>babka piaskowa</b> )	50g	gluten, jaja
jogurt naturalny (• <b>jogurt naturalny 150 g</b> )	1 szt	mleko

PN	porcja	alergeny
jogurt naturalny (• <b>jogurt naturalny 150 g</b> )	1 szt	mleko

Kolejowy Szpital Uzdrowski Sp. z o.o.  
w Ciechocinku  
ul. Zdrojowa 17  
87-720 Ciechocinek  
NIP: 891-14-07-710

## Jadłospis

Na dzień: 15.03.2026, niedziela

<b>Wartość energetyczna</b>	<b>Białka</b>	<b>Tłuszcze</b>	<b>Węglowodany</b>
kcal	g	g	g
<b>2150</b>	<b>83</b>	<b>84</b>	<b>326</b>

## Dieta cukrzycowa 5

śniadanie	porcja	alergeny
salami (• salami)	40g	
galantyna z drobiu (• galantyna drobiowa)	40g	gluten, jaja, mleko, seler
serek Tartar (• ser tartar)	20g	mleko
pomidory (• pomidor)	80g	
pieczywo razowe (• chleb razowy)	80g	gluten, sezam, soja
masło (• masło)	20g	mleko
herbata ex (• herbata expres)	250ml	
sałata - dekoracja (• sałata zielona)	20g	

II śniadanie	porcja	alergeny
jabłko deserowe (• jabłko)	1 szt	

obiad	porcja	alergeny
zupa koperkowa zabieleną z makaronem (• koper świeży • makaron • śmietana 18% • marchew • seler • mąka pszenna • grzbiety z kurczaka kg • pory)	400ml	gluten, mleko, seler
bitka ze schabu duszona (• schab b/kości • mąka pszenna • olej 1 litr)	70g	gluten
ziemniaki (• ziemniaki)	80g	
surówka z marchwi i porów (• marchew • pory • jogurt naturalny litry)	100g	mleko
brokuł z masłem (• brokuły mrożone • Roślinne z Mlekovity • bułka tarta)	60g	gluten, soja
kompot wielowocowy (• śliwki • czarna porzeczka mrożona)	220ml	
przyprawy (• przyprawa do zup -magi 1 l • sól • przyprawa jarzynka)		jaja, mleko, seler, soja

podwieczorek	porcja	alergeny
jajko gotowane (• jaja)	1 szt	jaja

kolacja	porcja	alergeny
szynka gotowana (• szynka gotowana)	70g	gluten, soja
sałatka jarzynowa z olejem (• marchew • seler • groszek konserwowy 2,6 • ogórek kiszony • olej 1 litr • jaja • ziemniaki • jabłko)	180g	jaja, seler
pieczywo razowe (• chleb razowy)	80g	gluten, sezam, soja
masło (• masło)	10g	mleko
herbata ex (• herbata expres)	250ml	
mandarynka (• mandarynka)	1 szt	
jogurt naturalny (• jogurt naturalny 150 g)	1 szt	mleko

PN	porcja	alergeny
jogurt naturalny (• jogurt naturalny 150 g)	1 szt	mleko

Kolejowy Szpital Uzdrowski Sp. z o.o.  
w Ciechocinku  
ul. Zdrojowa 17  
87-720 Ciechocinek  
NIP: 891-14-07-710

## Jadłospis

Na dzień: 15.03.2026, niedziela

<b>Wartość energetyczna</b>	<b>Białka</b>	<b>Tłuszcze</b>	<b>Węglowodany</b>
kcal	g	g	g
<b>1934</b>	<b>84</b>	<b>87</b>	<b>244</b>

## Ogólna

śniadanie	porcja	alergeny
zupa mleczna - płatki owsiane (• mleko 2 % • płatki owsiane)	350ml	gluten, mleko
pasta z jaj i zieleniny (• jaja • nać pietruszki • majonez)	80g	gorczyca, jaja
polędwica drobiowa (• polędwica drobiowa)	30g	gluten, mleko, soja
surówka z selera naciowego i rzodkwi z jogurtem (• seler naciowy • rzodkiew biała • jogurt naturalny litry)	70g	mleko
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • chleb razowy • bułka kajzerka)	130g	gluten, sezam, soja
masło (• masło)	20g	mleko
herbata ex (• herbata expres • cukier)	250ml	
dżem (• dżem truskawkowy 7,2 kg)	30g	
sałata - dekoracja (• sałata zielona)	20g	
marchew - dekoracja (• marchew)	20g	

obiad	porcja	alergeny
zupa jarzynowa czysta (• mieszanka warzyw 5/7 • ziemniaki • grzbiety z kurczaka kg)	400 ml	
spagetti z mięsem (• koncentrat pomidorowy • cebula • olej 1 litr • makaron • łopatką wieprzowa b/k)	240g	gluten
sałata z jogurtem (• sałata zielona • jogurt naturalny litry • cukier)	50g	mleko
kompot wieloowocowy (• śliwki • cukier • czarna porzeczka mrożona)	220ml	
przyprawy (• przyprawa do zup -magi 1 l • sól • przyprawa jarzynka)		jaja, mleko, seler, soja

kolacja	porcja	alergeny
śledź garniowany (• śledź • cebula • cebula czerwona • ogórek konserwowy 3600/1800 • papryka konserwowa 2,6 • pieczarki marynowane • olej 1 litr)	100g	gorczyca
kielbasa borowiaka (• kielbasa borowiaka)	50g	gluten, gorczyca, soja
serek PHILADELFIA (• serek filadelfia 16,6g)	1szt	
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • chleb razowy)	100g	gluten, sezam, soja
masło (• masło)	10g	mleko
herbata ex (• herbata expres • cukier)	250ml	
jabłko deserowe (• jabłko)	1 szt	

PN	porcja	alergeny
serek PHILADELFIA (• serek filadelfia 16,6g)	1szt	

Kolejowy Szpital Uzdrowski Sp. z o.o.  
w Ciechocinku  
ul. Zdrojowa 17  
87-720 Ciechocinek  
NIP: 891-14-07-710

## Jadłospis

Na dzień: 16.03.2026, poniedziałek

<b>Wartość energetyczna</b>	<b>Białka</b>	<b>Tłuszcze</b>	<b>Węglowodany</b>
kcal	g	g	g
<b>2462</b>	<b>97</b>	<b>118</b>	<b>297</b>

**Lekkostrawna**

<b>śniadanie</b>	<i>porcja</i>	<i>alergeny</i>
zupa mleczna - płatki owsiane (• <b>mleko 2 %</b> • <b>płatki owsiane</b> )	350ml	gluten, mleko
pasta z jaj i zieleniny (• <b>jaja</b> • nać pietruszki • <b>majonez</b> )	80g	gorczyca, jaja
połędwica drobiowa (• <b>połędwica drobiowa</b> )	30g	gluten, mleko, soja
surówka z selera naciowego i rzodkwi z jogurtem (• seler naciowy • rzodkiew biała • <b>jogurt naturalny litry</b> )	70g	mleko
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • <b>chleb razowy</b> • <b>bułka kajzerka</b> )	130g	gluten, sezam, soja
masło (• <b>masło</b> )	20g	mleko
herbata ex (• herbata expres • cukier)	250ml	
dżem (• dżem truskawkowy 7,2 kg)	30g	
sałata - dekoracja (• sałata zielona)	20g	
marchew - dekoracja (• marchew)	20g	

<b>obiad</b>	<i>porcja</i>	<i>alergeny</i>
zupa jarzynowa czysta (• mieszanka warzyw 5/7 • ziemniaki • grzbiety z kurczaka kg)	400 ml	
Makaron w sosie mięsno-jarzynowym (• <b>makaron</b> • marchew • łopatka wieprzowa b/k • olej 1 litr • <b>mąka pszenna</b> • pomidory 2 • <b>seler</b> • groszek konserwowy 2,6 • cebula)	200 ml	gluten, seler
sałata z jogurtem (• sałata zielona • <b>jogurt naturalny litry</b> • cukier)	50g	mleko
kompot wieloowocowy (• śliwki • cukier • czarna porzeczka mrożona)	220ml	
przyprawy (• <b>przyprawa do zup -magi 1 l</b> • sól • <b>przyprawa jarzynka</b> )		jaja, mleko, seler, soja

<b>kolacja</b>	<i>porcja</i>	<i>alergeny</i>
śledź w oleju z jabłkami i parzoną cebulą D (• śledź • olej 1 litr • jabłko • cebula)	120g	
kielbasa borowiaka (• <b>kielbasa borowiaka</b> )	50g	gluten, gorczyca, soja
serek PHILADELFIA (• serek filadelfia 16,6g)	1szt	
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • <b>chleb razowy</b> )	100g	gluten, sezam, soja
masło (• <b>masło</b> )	10g	mleko
herbata ex (• herbata expres • cukier)	250ml	
jabłko deserowe (• jabłko)	1 szt	

<b>PN</b>	<i>porcja</i>	<i>alergeny</i>
serek PHILADELFIA (• serek filadelfia 16,6g)	1szt	

**Kolejowy Szpital Uzdrowski Sp. z o.o.**  
**w Ciechocinku**  
ul. Zdrojowa 17  
87-720 Ciechocinek  
NIP: 891-14-07-710

## **Jadłospis**

Na dzień: 16.03.2026, poniedziałek

<b>Wartość energetyczna</b>	<b>Białka</b>	<b>Tłuszcze</b>	<b>Węglowodany</b>
kcal	g	g	g
<b>2315</b>	<b>99</b>	<b>122</b>	<b>302</b>

## Dieta cukrzycowa 5

śniadanie	porcja	alergeny
pasta z jaj i zieleniny (• <b>jaja</b> • nać pietruszki • <b>majonez</b> )	80g	gorczyca, jaja
polędwica drobiowa (• <b>polędwica drobiowa</b> )	30g	gluten, mleko, soja
surówka z selera naciowego i rzodkwi z jogurtem (• seler naciowy • rzodkiew biała • <b>jogurt naturalny litry</b> )	70g	mleko
pieczywo razowe (• <b>chleb razowy</b> )	80g	gluten, sezam, soja
masło (• <b>masło</b> )	20g	mleko
herbata ex (• herbata expres)	250ml	
sałata - dekoracja (• sałata zielona)	20g	
marchew - dekoracja (• marchew)	20g	

II śniadanie	porcja	alergeny
kefir 150g (• Kefir 150g)	1szt	

obiad	porcja	alergeny
zupa jarzynowa czysta (• mieszanka warzyw 5/7 • ziemniaki • grzbiety z kurczaka kg)	400 ml	
makaron razowy w sosie mięsno-jarzynowym (• <b>makaron pełnoziarnisty( razowy)</b> • marchew • łopatką wieprzowa b/k • olej 1 litr • <b>mąka pszenna</b> • pomidory 2 • <b>seler</b> • groszek konserwowy 2,6)	200 ml	gluten, seler
sałata z jogurtem (• sałata zielona • <b>jogurt naturalny litry</b> )	50g	mleko
kompot wielowocowy (• śliwki • czarna porzeczka mrożona)	220ml	
przyprawy (• <b>przyprawa do zup -magi 1 l</b> • sól • <b>przyprawa jarzynka</b> )		jaja, mleko, seler, soja

podwieczorek	porcja	alergeny
sok z jabłek (• jabłko)	100 ml	

kolacja	porcja	alergeny
śledź w oleju z jabłkami i parzoną cebulą D (• śledź • olej 1 litr • jabłko • cebula)	120g	
kielbasa borowiaka (• <b>kielbasa borowiaka</b> )	50g	gluten, gorczyca, soja
serek PHILADELFIA (• serek filadelfia 16,6g)	1szt	
pieczywo razowe (• <b>chleb razowy</b> )	80g	gluten, sezam, soja
masło (• <b>masło</b> )	10g	mleko
herbata ex (• herbata expres)	250ml	
jabłko deserowe (• jabłko)	1 szt	

PN	porcja	alergeny
serek PHILADELFIA (• serek filadelfia 16,6g)	1szt	

**Kolejowy Szpital Uzdrowski Sp. z o.o.**  
**w Ciechocinku**  
ul. Zdrojowa 17  
87-720 Ciechocinek  
NIP: 891-14-07-710

## **Jadłospis**

Na dzień: 16.03.2026, poniedziałek

<b>Wartość energetyczna</b>	<b>Białka</b>	<b>Tłuszcze</b>	<b>Węglowodany</b>
kcal	g	g	g
<b>2196</b>	<b>90</b>	<b>119</b>	<b>235</b>

## Ogólna

śniadanie	porcja	alergeny
twarożek z zieleniną (• <b>twaróg półtłusty</b> • nać pietruszki)	90g	mleko
polędwica sopocka (• <b>polędwica sopocka</b> )	40g	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
pomidory (• pomidor)	80g	
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • <b>chleb razowy</b> • <b>bułka kajzerka</b> )	130g	gluten, sezam, soja
masło (• <b>masło</b> )	20g	mleko
kawa zbożowa mleczna (• <b>mleko 2 %</b> • <b>kawa zbożowa</b> • cukier)	250ml	gluten, mleko
dżem (• Dżem z czarnej porzeczki 7,20 kg)	30g	
sałata - dekoracja (• sałata zielona)	20g	

obiad	porcja	alergeny
zupa barszcz czerwony z ziemniakami (• buraki • marchew • <b>seler</b> • cukier • <b>śmietana 18%</b> • ziemniaki • <b>mąka pszenna</b> • grzbiety z kurczaka kg • pory)	400ml	gluten, mleko, seler
roladka z drobiu ze szpinakiem (• filet z piersi kurczaka • szpinak mrożony • <b>twaróg półtłusty</b> • <b>mąka pszenna</b> • olej 5 l • czosnek świeży główka 1)	100g	gluten, mleko
ziemniaki (• ziemniaki • koper świeży)	120g	
marchew oprószana (• marchew • <b>mąka pszenna</b> • margaryna • cukier)	130g	gluten
kompot wielowocowy (• śliwki • cukier • czarna porzeczka mrożona)	220ml	
przyprawy (• <b>przyprawa do zup -magi 1 l</b> • sól • <b>przyprawa jarzynka</b> )		jaja, mleko, seler, soja

kolacja	porcja	alergeny
fasolka po bretońsku (• fasola jaś • pachwina wędzona • MASŁO • cebula • <b>mąka pszenna</b> • koncentrat pomidorowy • kiełbasa jarmarczna)	200g	gluten
ser żółty (• <b>ser żółty</b> )	30g	mleko
rzodkiewka (• rzodkiewka)	50g	
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • <b>chleb razowy</b> )	100g	gluten, sezam, soja
masło (• <b>masło</b> )	10g	mleko
herbata ex (• herbata expres • cukier)	250ml	

PN	porcja	alergeny
kefir 150g (• Kefir 150g)	1szt	

**Kolejowy Szpital Uzdrowski Sp. z o.o.**  
**w Ciechocinku**  
ul. Zdrojowa 17  
87-720 Ciechocinek  
NIP: 891-14-07-710

## **Jadłospis**

Na dzień: 17.03.2026, wtorek

<b>Wartość energetyczna</b>	<b>Białka</b>	<b>Tłuszcze</b>	<b>Węglowodany</b>
kcal	g	g	g
<b>2098</b>	<b>96</b>	<b>77</b>	<b>260</b>

## Lekkostrawna

śniadanie	porcja	alergeny
twarożek z zieleniną (• <b>twaróg półtłusty</b> • nać pietruszki)	90g	mleko
polędwica sopocka (• <b>polędwica sopocka</b> )	40g	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
pomidory (• pomidor)	80g	
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • <b>chleb razowy</b> • <b>bułka kajzerka</b> )	130g	gluten, sezam, soja
masło (• <b>masło</b> )	20g	mleko
kawa zbożowa mleczna (• <b>mleko 2 %</b> • <b>kawa zbożowa</b> • cukier)	250ml	gluten, mleko
dżem (• Dżem z czarnej porzeczki 7,20 kg)	30g	
sałata - dekoracja (• sałata zielona)	20g	

obiad	porcja	alergeny
zupa barszcz czerwony z ziemniakami (• buraki • marchew • <b>seler</b> • cukier • <b>śmietana 18%</b> • ziemniaki • <b>mąka pszenna</b> • grzbiety z kurczaka kg • pory)	400ml	gluten, mleko, seler
roladka z drobiu ze szpinakiem (• filet z piersi kurczaka • szpinak mrożony • <b>twaróg półtłusty</b> • <b>mąka pszenna</b> • olej 5 l • czosnek świeży główka 1)	100g	gluten, mleko
ziemniaki (• ziemniaki • koper świeży)	120g	
marchew oprószana (• marchew • <b>mąka pszenna</b> • margaryna • cukier)	130g	gluten
kompot wieloowocowy (• śliwki • cukier • czarna porzeczka mrożona)	220ml	
przyprawy (• <b>przyprawa do zup -magi 1 l</b> • sól • <b>przyprawa jarzynka</b> )		jaja, mleko, seler, soja

kolacja	porcja	alergeny
budyń jaglany z truskawkami (• <b>mleko 2 %</b> • kasza jaglana • truskawki mrożone • margaryna • cukier)	150g	mleko
kielbasa szynkowa (• <b>kielbasa szynkowa</b> )	40g	gluten, soja
rzodkiewka (• rzodkiewka)	50g	
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • <b>chleb razowy</b> )	100g	gluten, sezam, soja
masło (• <b>masło</b> )	10g	mleko
herbata ex (• herbata expres • cukier)	250ml	

PN	porcja	alergeny
kefir 150g (• Kefir 150g)	1szt	

Wartość energetyczna	Białka	Tłuszcze	Węglowodany
kcal	g	g	g
<b>2020</b>	<b>90</b>	<b>45</b>	<b>279</b>

## Dieta cukrzycowa 5

śniadanie	porcja	alergeny
twarożek z zieleniną (• <b>twaróg półtłusty</b> • nać pietruszki)	90g	mleko
polędwica sopocka (• <b>polędwica sopocka</b> )	40g	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
pomidory (• pomidor)	80g	
pieczywo razowe (• <b>chleb razowy</b> )	80g	gluten, sezam, soja
masło (• <b>masło</b> )	20g	mleko
kawa zbożowa mleczna (• <b>mleko 2 %</b> • <b>kawa zbożowa</b> )	250ml	gluten, mleko
sałata - dekoracja (• sałata zielona)	20g	

II śniadanie	porcja	alergeny
jajko gotowane (• <b>jaja</b> )	1 szt	jaja

obiad	porcja	alergeny
zupa barszcz czerwony z ziemniakami (• buraki • marchew • <b>seler</b> • cukier • <b>śmietana 18%</b> • ziemniaki • <b>mąka pszenna</b> • grzbiety z kurczaka kg • pory)	400ml	gluten, mleko, seler
roladka z drobiu ze szpinakiem (• filet z piersi kurczaka • szpinak mrożony • <b>twaróg półtłusty</b> • <b>mąka pszenna</b> • olej 5 l • czosnek świeży główka 1)	100g	gluten, mleko
ziemniaki (• ziemniaki)	80g	
surówka z marchwi (• marchew)	100g	
kompot wielowocowy (• śliwki • czarna porzeczka mrożona)	220ml	
przyprawy (• <b>przyprawa do zup -magi 1 l</b> • sól • <b>przyprawa jarzynka</b> )		jaja, mleko, seler, soja

podwieczorek	porcja	alergeny
budyń (• <b>budyń kg</b> • <b>mleko 2 %</b> )	100g	gluten, jaja, mleko

kolacja	porcja	alergeny
budyń jaglany z truskawkami (• <b>mleko 2 %</b> • kasza jaglana • truskawki mrożone • margaryna • cukier)	150g	mleko
kiełbasa szynkowa (• <b>kiełbasa szynkowa</b> )	40g	gluten, soja
rzodkiewka (• rzodkiewka)	50g	
pieczywo razowe (• <b>chleb razowy</b> )	80g	gluten, sezam, soja
masło (• <b>masło</b> )	10g	mleko
herbata ex (• herbata expres)	250ml	

PN	porcja	alergeny
kefir 150g (• Kefir 150g)	1szt	

Wartość energetyczna	Białka	Tłuszcze	Węglowodany
kcal	g	g	g
<b>1779</b>	<b>97</b>	<b>50</b>	<b>222</b>

## Ogólna

śniadanie	porcja	alergeny
zupa mleczna - zacierka na mleku ( <b>• mleko 2 % • makaron zacierka</b> )	350ml	gluten, jaja, mleko
kielbasa żywiecka ( <b>• kielbasa żywiecka</b> )	50g	soja
ser Deliser- plastry ( <b>• ser w plastrach Mascarpone, Deliser, Delikat</b> )	35g/ 2 szt	mleko
kielki warzyw ( <b>• kielki warzywne</b> )	10g	
pieczywo mieszane ( <b>• chleb baltonowski • chleb razowy • bułka kajzerka</b> )	130g	gluten, sezam, soja
masło ( <b>• masło</b> )	20g	mleko
herbata ex ( <b>• herbata expres • cukier</b> )	250ml	
dżem ( <b>• dżem brzoskwiowy 7,20 kg</b> )	30g	
sałata - dekoracja ( <b>• sałata zielona</b> )	20g	
marchew - dekoracja ( <b>• marchew</b> )	20g	

obiad	porcja	alergeny
zupa ziemniaczana zabieleną ( <b>• marchew • seler • ziemniaki • mąka pszenna • śmietana 18% • grzbiety z kurczaka kg • pory</b> )	400ml	gluten, mleko, seler
gulasz mięsny z jarzynami ( <b>• łopatka wieprzowa b/k • mieszanka warzyw 5/7 • olej 1 litr • mąka pszenna</b> )	65g mięso/200ml jarz	gluten
kasza gryczana ( <b>• kasza gryczana</b> )	100g	
surówka z kapusty pekińskiej ( <b>• kapusta pekińska • marchew • olej 1 litr • cukier</b> )	100g	
kompot wieloowocowy ( <b>• śliwki • cukier • czarna porzeczka mrożona</b> )	220ml	
przyprawy ( <b>• przyprawa do zup -magi 1 l • sól • przyprawa jarzynka</b> )		jaja, mleko, seler, soja

kolacja	porcja	alergeny
ryba w galarecie z cytryną ( <b>• filet z morszczuka • marchew • żelatyna • Kukurydza konserwowa 2,5 • seler • cytryna • przyprawa jarzynka</b> )	75g ryba/180g	jaja, mleko, ryby, seler, soja
sos tatarski ( <b>• groszek konserwowy 2,6 • ogórek konserwowy 3600/1800 • majonez • jaja • cebula</b> )	120g	gorczyca, jaja
serek HAGA ( <b>• serek filadelfia 16,6g</b> )	2szt	
sałata vinegret ( <b>• sałata zielona • cukier • olej 1 litr • musztarda 0,9</b> )	30g	gorczyca
pieczywo mieszane ( <b>• chleb baltonowski • chleb razowy</b> )	100g	gluten, sezam, soja
masło ( <b>• masło</b> )	10g	mleko
herbata ex ( <b>• herbata expres • cukier</b> )	250ml	

PN	porcja	alergeny
jabłko deserowe ( <b>• jabłko</b> )	1 szt	

Kolejowy Szpital Uzdrowski Sp. z o.o.  
w Ciechocinku  
ul. Zdrojowa 17  
87-720 Ciechocinek  
NIP: 891-14-07-710

## Jadłospis

Na dzień: 18.03.2026, środa

<b>Wartość energetyczna</b>	<b>Białka</b>	<b>Tłuszcze</b>	<b>Węglowodany</b>
kcal	g	g	g
<b>2530</b>	<b>121</b>	<b>126</b>	<b>297</b>

## Lekkostrawna

śniadanie	porcja	alergeny
zupa mleczna - zacierka na mleku (• <b>mleko 2 %</b> • <b>makaron zacierka</b> )	350ml	gluten, jaja, mleko
kielbasa żywiecka (• <b>kielbasa żywiecka</b> )	50g	soja
ser Deliser- plastry (• <b>ser w plastrach Mascarpone, Deliser, Delikat</b> )	35g/ 2 szt	mleko
kielki warzyw (• kielki warzywne)	10g	
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • <b>chleb razowy</b> • <b>bułka kajzerka</b> )	130g	gluten, sezam, soja
masło (• <b>masło</b> )	20g	mleko
herbata ex (• herbata expres • cukier)	250ml	
dżem (• dżem brzoskwiowy 7,20 kg)	30g	
sałata - dekoracja (• sałata zielona)	20g	
marchew - dekoracja (• marchew)	20g	

obiad	porcja	alergeny
zupa ziemniaczana zabieleną (• marchew • <b>seler</b> • ziemniaki • <b>mąka pszenna</b> • <b>śmietana 18%</b> • grzbiety z kurczaka kg • pory)	400ml	gluten, mleko, seler
gulasz mięsny z jarzynami (• łopatka wieprzowa b/k • mieszanka warzyw 5/7 • olej 1 litr • <b>mąka pszenna</b> )	65g mięso/200ml jarz	gluten
kasza gryczana (• kasza gryczana)	100g	
surówka z kapusty pekińskiej (• kapusta pekińska • marchew • olej 1 litr • cukier)	100g	
kompot wieloowocowy (• śliwki • cukier • czarna porzeczka mrożona)	220ml	
przyprawy (• <b>przyprawa do zup -magi 1 l</b> • sól • <b>przyprawa jarzynka</b> )		jaja, mleko, seler, soja

kolacja	porcja	alergeny
ryba w galarecie z cytryną (• <b>filet z morszczuka</b> • marchew • żelatyna • Kukurydza konserwowa 2,5 • <b>seler</b> • cytryna • <b>przyprawa jarzynka</b> )	75g ryba/180g	jaja, mleko, ryby, seler, soja
sos tatarski D (• groszek konserwowy 2,6 • <b>jaja</b> • ogórek kiszony • jabłko • <b>jogurt naturalny litry</b> )	120g	jaja, mleko
serek HAGA (• serek filadelfia 16,6g)	2szt	
sałata vinegret (• sałata zielona • cukier • olej 1 litr • <b>musztarda 0,9</b> )	30g	gorczyca
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • <b>chleb razowy</b> )	100g	gluten, sezam, soja
masło (• <b>masło</b> )	10g	mleko
herbata ex (• herbata expres • cukier)	250ml	

PN	porcja	alergeny
jabłko deserowe (• jabłko)	1 szt	

Kolejowy Szpital Uzdrowski Sp. z o.o.  
w Ciechocinku  
ul. Zdrojowa 17  
87-720 Ciechocinek  
NIP: 891-14-07-710

## Jadłospis

Na dzień: 18.03.2026, środa

<b>Wartość energetyczna</b>	<b>Białka</b>	<b>Tłuszcze</b>	<b>Węglowodany</b>
kcal	g	g	g
<b>2446</b>	<b>121</b>	<b>115</b>	<b>301</b>

## Dieta cukrzycowa 5

śniadanie	porcja	alergeny
kielbasa żywiecka (• <b>kielbasa żywiecka</b> )	50g	soja
ser Deliser- plastry (• <b>ser w plastrach Mascarpone, Deliser, Delikat</b> )	35g/ 2 szt	mleko
kielki warzyw (• kielki warzywne)	10g	
pieczywo razowe (• <b>chleb razowy</b> )	80g	gluten, sezam, soja
masło (• <b>masło</b> )	20g	mleko
herbata ex (• herbata expres)	250ml	
sałata - dekoracja (• sałata zielona)	20g	
marchew - dekoracja (• marchew)	20g	

II śniadanie	porcja	alergeny
sok pomidorowy (• sok pomidorowy 1l)	200ml	

obiad	porcja	alergeny
zupa ziemniaczana zabieleną (• marchew • <b>seler</b> • ziemniaki • <b>mąka pszenna</b> • <b>śmietana 18%</b> • grzbiety z kurczaka kg • pory)	400ml	gluten, mleko, seler
gulasz mięsny z jarzynami (• łopatką wieprzową b/k • mieszanka warzyw 5/7 • olej 1 litr • <b>mąka pszenna</b> )	65g mięso/200ml jarz	gluten
kasza gryczana (• kasza gryczana • margaryna)	80g	
surówka z kapusty pekińskiej (• kapusta pekińska • marchew • olej 1 litr)	100g	
kompot wieloowocowy (• śliwki • czarna porzeczka mrożona)	220ml	
przyprawy (• <b>przyprawa do zup -magi 1 l</b> • sól • <b>przyprawa jarzynka</b> )		jaja, mleko, seler, soja

podwieczorek	porcja	alergeny
jogurt naturalny (• <b>jogurt naturalny 150 g</b> )	1 szt	mleko

kolacja	porcja	alergeny
ryba w galarecie z cytryną (• <b>filet z morszczuka</b> • marchew • żelatyna • Kukurydza konserwowa 2,5 • <b>seler</b> • cytryna • <b>przyprawa jarzynka</b> )	75g ryba/180g	jaja, mleko, ryby, seler, soja
sos tatarski D (• groszek konserwowy 2,6 • <b>jaja</b> • ogórek kiszony • jabłko • <b>jogurt naturalny litry</b> )	120g	jaja, mleko
serek HAGA (• serek filadelfia 16,6g)	2szt	
sałata vinegret (• sałata zielona • cukier • olej 1 litr • <b>musztarda 0,9</b> )	30g	gorczyca
pieczywo razowe (• <b>chleb razowy</b> )	80g	gluten, sezam, soja
masło (• <b>masło</b> )	10g	mleko
herbata ex (• herbata expres)	250ml	

PN	porcja	alergeny
jabłko pieczone (• jabłko)	1 szt/140g	

Kolejowy Szpital Uzdrowski Sp. z o.o.  
w Ciechocinku  
ul. Zdrojowa 17  
87-720 Ciechocinek  
NIP: 891-14-07-710

## Jadłospis

Na dzień: 18.03.2026, środa

<b>Wartość energetyczna</b>	<b>Białka</b>	<b>Tłuszcze</b>	<b>Węglowodany</b>
kcal	g	g	g
<b>2061</b>	<b>108</b>	<b>113</b>	<b>218</b>

## Ogólna

śniadanie	porcja	alergeny
twaróg (• <b>twaróg półtłusty</b> )	90g	mleko
mielonka (• <b>mielonka</b> )	40g	gluten, soja
pomidory w śmietanie (• pomidor • cebula • <b>śmietana 18%</b> • <b>jogurt naturalny litry</b> • szczypiorek)	80g	mleko
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • <b>chleb razowy</b> • <b>bułka kajzerka</b> )	130g	gluten, sezam, soja
masło (• <b>masło</b> )	20g	mleko
kakao na mleku (• kakao • <b>mleko 2%</b> • cukier)	250 ml	mleko
dżem (• dżem wiśniowy 7,20 kg)	30g	
sałata - dekoracja (• sałata zielona)	20g	

obiad	porcja	alergeny
zupa porowa z grzankami (• pory • marchew • <b>śmietana 18%</b> • <b>mąka pszenna</b> • grzbiety z kurczaka kg)	400ml	gluten, mleko
rolada drobiowa w sosie pomidorowym (• filet z piersi kurczaka • <b>jaja</b> • <b>bułka tarta</b> • pomidory 2 • <b>śmietana 18%</b> • margaryna • <b>mąka pszenna</b> )	100g	gluten, jaja, mleko, soja
ziemniaki (• ziemniaki • koper świeży)	120g	
sałatka z jabłka i czarnej porzeczki (• jabłko • czarna porzeczka mrożona • <b>jogurt naturalny litry</b> )	100g	mleko
kompot wieloowocowy (• śliwki • cukier • czarna porzeczka mrożona)	220ml	
przyprawy (• <b>przyprawa do zup -magi 1 l</b> • sól • <b>przyprawa jarzynka</b> )		jaja, mleko, seler, soja

kolacja	porcja	alergeny
sałatka ziemniaczana z warzywami (• <b>seler</b> • Kukurydza konserwowa 2,5 • ogórek kiszony • olej 1 litr • ziemniaki • nać pietruszki • marchew)	180g	seler
kiełbasa szynkówka (• <b>kiełbasa szynkówka</b> )	50g	gorczyca, soja
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • <b>chleb razowy</b> )	100g	gluten, sezam, soja
masło (• <b>masło</b> )	10g	mleko
herbata ex (• herbata expres • cukier)	250ml	

PN	porcja	alergeny
serek Tartar (• <b>ser tartar</b> )	20g	mleko

Wartość energetyczna	Białka	Tłuszcze	Węglowodany
kcal	g	g	g
<b>887</b>	<b>56</b>	<b>42</b>	<b>122</b>

## Lekkostrawna

śniadanie	porcja	alergeny
twaróg ( <b>• twaróg półtłusty</b> )	90g	mleko
mielonka ( <b>• mielonka</b> )	40g	gluten, soja
pomidory w jogurcie ( <b>• pomidor • jogurt naturalny litry • nać pietruszki</b> )	80g	mleko
pieczywo mieszane ( <b>• chleb baltonowski • chleb razowy • bułka kajzerka</b> )	130g	gluten, sezam, soja
masło ( <b>• masło</b> )	20g	mleko
kakao na mleku ( <b>• kakao • mleko 2 % • cukier</b> )	250 ml	mleko
dżem ( <b>• dżem wiśniowy 7,20 kg</b> )	30g	
sałata - dekoracja ( <b>• sałata zielona</b> )	20g	

obiad	porcja	alergeny
zupa porowa z grzankami ( <b>• pory • marchew • śmietana 18% • mąka pszenna • grzbiety z kurczaka kg</b> )	400ml	gluten, mleko
rolada drobiowa w sosie pomidorowym ( <b>• filet z piersi kurczaka • jaja • bułka tarta • pomidory 2 • śmietana 18% • margaryna • mąka pszenna</b> )	100g	gluten, jaja, mleko, soja
ziemniaki ( <b>• ziemniaki • koper świeży</b> )	120g	
sałatka z jabłka i czarnej porzeczki ( <b>• jabłko • czarna porzeczka mrożona • jogurt naturalny litry</b> )	100g	mleko
kompot wieloowocowy ( <b>• śliwki • cukier • czarna porzeczka mrożona</b> )	220ml	
przyprawy ( <b>• przyprawa do zup -magi 1 l • sól • przyprawa jarzynka</b> )		jaja, mleko, seler, soja

kolacja	porcja	alergeny
sałatka ziemniaczana z warzywami ( <b>• seler • Kukurydza konserwowa 2,5 • ogórek kiszony • olej 1 litr • ziemniaki • nać pietruszki • marchew</b> )	180g	seler
kielbasa szynkówka ( <b>• kielbasa szynkówka</b> )	50g	gorczyca, soja
pieczywo mieszane ( <b>• chleb baltonowski • chleb razowy</b> )	100g	gluten, sezam, soja
masło ( <b>• masło</b> )	10g	mleko
herbata ex ( <b>• herbata expres • cukier</b> )	250ml	

PN	porcja	alergeny
serek Tartar ( <b>• ser tartar</b> )	20g	mleko

Wartość energetyczna	Białka	Tłuszcze	Węglowodany
kcal	g	g	g
<b>872</b>	<b>56</b>	<b>41</b>	<b>121</b>

## Dieta cukrzycowa 5

śniadanie	porcja	alergeny
twaróg ( <b>• twaróg półtłusty</b> )	90g	mleko
ogonówka ( <b>• ogonówka</b> )	40g	gluten, soja
pomidory w jogurcie ( <b>• pomidor • jogurt naturalny litry • nać pietruszki</b> )	80g	mleko
pieczywo mieszane ( <b>• chleb baltonowski • chleb razowy • bułka kajzerka</b> )	130g	gluten, sezam, soja
masło ( <b>• masło</b> )	20g	mleko
kakao na mleku ( <b>• kakao • mleko 2 % • cukier</b> )	250 ml	mleko
dżem ( <b>• Dżem z czarnej porzeczki 7,20 kg</b> )	30g	
sałata - dekoracja ( <b>• sałata zielona</b> )	20g	

II śniadanie	porcja	alergeny
kefir 150g ( <b>• Kefir 150g</b> )	1szt	

obiad	porcja	alergeny
zupa porowa z grzankami ( <b>• pory • marchew • śmietana 18% • mąka pszenna • grzbiety z kurczaka kg</b> )	400ml	gluten, mleko
rolada drobiowa w sosie pomidorowym ( <b>• filet z piersi kurczaka • jaja • bułka tarta • pomidory 2 • śmietana 18% • margaryna • mąka pszenna</b> )	100g	gluten, jaja, mleko, soja
ziemniaki ( <b>• ziemniaki</b> )	80g	
sałatka z jabłka i czarnej porzeczki ( <b>• jabłko • czarna porzeczka mrożona • jogurt naturalny litry</b> )	100g	mleko
kompot wieloowocowy ( <b>• śliwki • czarna porzeczka mrożona</b> )	220ml	
przyprawy ( <b>• przyprawa do zup -magi 1 l • sól • przyprawa jarzynka</b> )		jaja, mleko, seler, soja

podwieczorek	porcja	alergeny
sałatka owocowa ( <b>• kiwi • pomarańcza • grapefruit • jabłko</b> )	50g	

kolacja	porcja	alergeny
sałatka ziemniaczana z warzywami ( <b>• seler • Kukurydza konserwowa 2,5 • ogórek kiszony • olej 1 litr • ziemniaki • nać pietruszki • marchew</b> )	180g	seler
kiełbasa szynkówka ( <b>• kielbasa szynkówka</b> )	50g	gorczyca, soja
pieczywo razowe ( <b>• chleb razowy</b> )	80g	gluten, sezam, soja
masło ( <b>• masło</b> )	10g	mleko
herbata ex ( <b>• herbata expres</b> )	250ml	

PN	porcja	alergeny
serek Tartar ( <b>• ser tartar</b> )	20g	mleko

Wartość energetyczna	Białka	Tłuszcze	Węglowodany
kcal	g	g	g
<b>757</b>	<b>61</b>	<b>40</b>	<b>88</b>

## Ogólna

śniadanie	porcja	alergeny
zupa mleczna - płatki kukurydziane (• mleko 2 % • płatki kukurydziane)	350ml	mleko
jajko mollet (• jaja)	2 szt	jaja
sos pietruszkowy (• majonez • nać pietruszki • jogurt naturalny litry)	30g	gorczyca, jaja, mleko
serek kanapkowy (• serek kanapkowy 30g)	szt.	
sałatka z ogórka zielonego i kukurydzy (• ogórek świeży • Kukurydza konserwowa 2,5 • olej 1 litr • koper mrożony)	60g	
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • chleb razowy • bułka kajzerka)	130g	gluten, sezam, soja
masło (• masło)	20g	mleko
herbata ex (• herbata expres • cukier)	250ml	
dżem (• dżem truskawkowy 7,2 kg)	30g	
sałata - dekoracja (• sałata zielona)	20g	
marchew - dekoracja (• marchew)	20g	

obiad	porcja	alergeny
zupa fasolowa z ziemniakami (• marchew • seler • fasola jaś • pachwina wędzona • MASŁO • cebula • mąka pszenna • ziemniaki • czosnek świeży główka 1 • grzbiety z kurczaka kg • pory)	400ml	gluten, seler
ryba po grecku D (• filet z miruny- ryba • pietruszka korzeń • marchew • seler • mąka pszenna • olej 1 litr • koncentrat pomidorowy • kapusta biała)	150g	gluten, ryby, seler
ziemniaki (• ziemniaki • koper świeży)	120g	
surówka z kapusty kiszonej (• kapusta kiszona • olej 1 litr • marchew • cukier • pory)	100g	
kompot wieloowocowy (• śliwki • cukier • czarna porzeczka mrożona)	220ml	
przyprawy (• przyprawa do zup -magi 1 l • sól • przyprawa jarzynka)		jaja, mleko, seler, soja

kolacja	porcja	alergeny
Ryż ze śliwkami (• ryż • margaryna • śliwki • jogurt naturalny litry • cukier)	150g	mleko
kiełbasa krakowska (• kiełbasa krakowska)	30g	soja
rzodkiewka (• rzodkiewka)	50g	
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • chleb razowy)	100g	gluten, sezam, soja
masło (• masło)	10g	mleko
herbata ex (• herbata expres • cukier)	250ml	

PN	porcja	alergeny
jabłko deserowe (• jabłko)	1 szt	

Kolejowy Szpital Uzdrowski Sp. z o.o.  
w Ciechocinku  
ul. Zdrojowa 17  
87-720 Ciechocinek  
NIP: 891-14-07-710

## Jadłospis

Na dzień: 20.03.2026, piątek

<b>Wartość energetyczna</b>	<b>Białka</b>	<b>Tłuszcze</b>	<b>Węglowodany</b>
kcal	g	g	g
<b>2743</b>	<b>82</b>	<b>98</b>	<b>382</b>

## Lekkostrawna

śniadanie	porcja	alergeny
zupa mleczna - płatki kukurydziane (• mleko 2 % • płatki kukurydziane)	350ml	mleko
jajko mollet (• jaja)	2 szt	jaja
sos pietruszkowy (• majonez • nać pietruszki • jogurt naturalny litry)	30g	gorczyca, jaja, mleko
serek kanapkowy (• serek kanapkowy 30g)	szt.	
sałatka z ogórka zielonego i kukurydzy (• ogórek świeży • Kukurydza konserwowa 2,5 • olej 1 litr • koper mrożony)	60g	
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • chleb razowy • bułka kajzerka)	130g	gluten, sezam, soja
masło (• masło)	20g	mleko
herbata ex (• herbata expres • cukier)	250ml	
dżem (• dżem truskawkowy 7,2 kg)	30g	
sałata - dekoracja (• sałata zielona)	20g	
marchew - dekoracja (• marchew)	20g	

obiad	porcja	alergeny
zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami (• fasola szparagowa mrożona • marchew • seler • ziemniaki • grzbiety z kurczaka kg • nać pietruszki • pory)	400ml	seler
ryba po grecku D (• filet z miruny- ryba • pietruszka korzeń • marchew • seler • mąka pszenna • olej 1 litr • koncentrat pomidorowy • kapusta biała)	150g	gluten, ryby, seler
ziemniaki (• ziemniaki • koper świeży)	120g	
surówka z kapusty kiszonej (• kapusta kiszona • olej 1 litr • marchew • cukier • pory)	100g	
kompot wieloowocowy (• śliwki • cukier • czarna porzeczka mrożona)	220ml	
przyprawy (• przyprawa do zup -magi 1 l • sól • przyprawa jarzynka)		jaja, mleko, seler, soja

kolacja	porcja	alergeny
Ryż ze śliwkami (• ryż • margaryna • śliwki • jogurt naturalny litry • cukier)	150g	mleko
kiełbasa krakowska (• kiełbasa krakowska)	30g	soja
rzodkiewka (• rzodkiewka)	50g	
pieczywo mieszane (• chleb baltonowski • chleb razowy)	100g	gluten, sezam, soja
masło (• masło)	10g	mleko
herbata ex (• herbata expres • cukier)	250ml	

PN	porcja	alergeny
jabłko deserowe (• jabłko)	1 szt	

Kolejowy Szpital Uzdrowski Sp. z o.o.  
w Ciechocinku  
ul. Zdrojowa 17  
87-720 Ciechocinek  
NIP: 891-14-07-710

## Jadłospis

Na dzień: 20.03.2026, piątek

<b>Wartość energetyczna</b>	<b>Białka</b>	<b>Tłuszcze</b>	<b>Węglowodany</b>
kcal	g	g	g
<b>2635</b>	<b>77</b>	<b>89</b>	<b>371</b>

## Dieta cukrzycowa 5

śniadanie	porcja	alergeny
jajko mollet (• <b>jaja</b> )	2 szt	jaja
sos pietruszkowy (• <b>majonez</b> • nać pietruszki • <b>jogurt naturalny litry</b> )	30g	gorczyca, jaja, mleko
serek kanapkowy (• serek kanapkowy 30g)	szt.	
sałatka z ogórka zielonego i kukurydzy (• ogórek świeży • Kukurydza konserwowa 2,5 • olej 1 litr • koper mrożony)	60g	
pieczywo razowe (• <b>chleb razowy</b> )	80g	gluten, sezam, soja
masło (• <b>masło</b> )	20g	mleko
herbata ex (• herbata expres)	250ml	
sałata - dekoracja (• sałata zielona)	20g	
marchew - dekoracja (• marchew)	20g	

II śniadanie	porcja	alergeny
jogurt naturalny (• <b>jogurt naturalny 150 g</b> )	1 szt	mleko

obiad	porcja	alergeny
zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami (• fasola szparagowa mrożona • marchew • <b>seler</b> • ziemniaki • grzbiety z kurczaka kg • nać pietruszki • pory)	400ml	seler
ryba po grecku D (• <b>filet z miruny- ryba</b> • pietruszka korzeń • marchew • <b>seler</b> • <b>mąka pszenna</b> • olej 1 litr • koncentrat pomidorowy • kapusta biała)	150g	gluten, ryby, seler
ziemniaki (• ziemniaki)	80g	
surówka z kapusty kiszonej (• kapusta kiszona • pory • olej 1 litr • marchew)	100g	
kompot wielowocowy (• śliwki • czarna porzeczka mrożona)	220ml	
przyprawy (• <b>przyprawa do zup -magi 1 l</b> • sól • <b>przyprawa jarzynka</b> )		jaja, mleko, seler, soja

podwieczorek	porcja	alergeny
sok z marchwi (• marchew)	100 ml	

kolacja	porcja	alergeny
Ryż brązowy ze śliwkami (• ryż brązowy • śliwki • <b>jogurt naturalny litry</b> )	150g	mleko
kiełbasa krakowska (• <b>kiełbasa krakowska</b> )	30g	soja
rzodkiewka (• rzodkiewka)	50g	
pieczywo razowe (• <b>chleb razowy</b> )	80g	gluten, sezam, soja
masło (• <b>masło</b> )	10g	mleko
herbata ex (• herbata expres)	250ml	

PN	porcja	alergeny
jabłko pieczone (• jabłko)	1 szt/140g	

Kolejowy Szpital Uzdrowski Sp. z o.o.  
w Ciechocinku  
ul. Zdrojowa 17  
87-720 Ciechocinek  
NIP: 891-14-07-710

## Jadłospis

Na dzień: 20.03.2026, piątek

<b>Wartość energetyczna</b>	<b>Białka</b>	<b>Tłuszcze</b>	<b>Węglowodany</b>
kcal	g	g	g
<b>2114</b>	<b>73</b>	<b>82</b>	<b>278</b>