

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

Jadłospis od dnia: 2026-05-20 do dnia: 2026-05-29

Zestaw posiłków: Ogólna

2026-05-20

śniadanie	<i>alergeny</i>
zupa mleczna - płatki owsiane (350ml)	gluten, mleko
pasztetowa (50g)	gluten, gorczyca, seler, soja
kielbasa rawska (zawiera białko sojowe, mąkę pszenną) (30g)	
kielki warzyw (10g)	
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	<i>alergeny</i>
zupa śliwkowa z makaronem (400ml)	gluten, mleko
kotlet schabowy (130g)	gluten, jaja, mleko, soja
kapusta biała duszona (150g)	soja
ziemniaki (120g)	
woda z cytryną (200 ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	<i>alergeny</i>
sałatka z ryby pieczonej z warzywami i olejem (100g)	
schab drobiowy z majerankiem (50g)	gluten, mleko, soja
sałata vinegret (30g)	gorczyca
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	<i>alergeny</i>
jogurt naturalny (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 2897 kcal
Białka: 113,74 g
Tłuszcze: 121,69 g
Węglowodany: 341,02 g
Błonnik: 29,13 g

2026-05-21

śniadanie	<i>alergeny</i>
ser żółty (70g)	mleko
sałatka z cebuli i koncentratu pomidorowego (30g)	
pomidory w śmietanie (80g)	mleko
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kakao na mleku (250 ml)	mleko
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	<i>alergeny</i>
zupa pieczarkowa z kaszą pęczak (400ml)	gluten, mleko, seler
udko drobiowe pieczone (1 szt)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
marchew oprószana (130g)	gluten
ziemniaki (120g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	<i>alergeny</i>
sałatka ruska z olejem (150g)	gorczyca
łopatka prasowana (50g)	gluten, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
kefir 150g (1szt)	
PN	<i>alergeny</i>
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 2949 kcal
Białka: 138,6 g
Tłuszcze: 126,86 g
Węglowodany: 304,1 g
Błonnik: 34,07 g

2026-05-22

śniadanie	<i>alergeny</i>
zupa mleczna - zacierka na mleku (350ml)	gluten, jaja, mleko
jajko gotowane (1 szt)	jaja
południczanka z warzywami (40g)	gluten, gorczyca, soja
sałatka z ogórka zielonego i kukurydzy (80g)	
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	<i>alergeny</i>
zupa z soczewicy i pomidorów (450 ml)	seler
ryba pieczona w sosie maślano cytrynowym (100g)	gluten, mleko, ryby
surówka z czerwonej kapusty (110 g)	
ziemniaki (120g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	<i>alergeny</i>
pierogi leniwe (250g)	jaja, mleko
kielbasa krakowska (30g)	soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
jabłko pieczone po kapitańsku (150g)	
PN	<i>alergeny</i>
serek PHILADELFA (1szt)	

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

Jadłospis od dnia: 2026-05-20 do dnia: 2026-05-29

Zestaw posiłków: Ogólna

Wartość energetyczna: 2955 kcal
Białka: 127,52 g
Tłuszcze: 91,68 g
Węglowodany: 403,85 g
Błonnik: 36,42 g

2026-05-23

śniadanie | *alergeny*

twarożek z koprem (90g) mleko
pieczeń wiejska (40g) dwutlenek siarki,
gluten, soja

surówka wiosenna (70g)
pieczywo mieszane (130 g) gluten, jaja,
sezam, soja
masło (20g) mleko
dżem (30g)
herbata ex (250ml)
marchew - dekoracja (20g)

obiad | *alergeny*

zupa z dyni z grzankami (400ml) gluten, mleko,
seler
szynka wieprzowa gluten
duszona z jabłkami (70g)
surówka wielowarzywna (100g) mleko, seler
ziemniaki (120g)
kompot wielowocowy (220ml)
przyprawy () jaja, mleko,
seler, soja

kolacja | *alergeny*

kielbasa śląska pieczona z cebulą (1szt/90g) gluten, soja
ser Deliser- plastry (35g/ 2 szt) mleko
musztarda (20g) gorczyca
ogórek kiszony (80g)
pieczywo mieszane (100g) gluten, sezam,
soja
masło (10g) mleko
herbata ex (250ml)

PN | *alergeny*

serek almette (1 szt)

Wartość energetyczna: 2439 kcal
Białka: 103,48 g
Tłuszcze: 97,74 g
Węglowodany: 283,21 g
Błonnik: 26,52 g

2026-05-24

śniadanie | *alergeny*

salami (40g)
galantyna z drobiu (40g) gluten, jaja,
mleko, seler
mleko

ser topiony (17,5g)
sałatka z pomidorów z cebulą (80g)
pieczywo mieszane (100g) gluten, sezam,
soja
masło (20g) mleko
herbata ex (250ml)
miód naturalny (20g)
sałata - dekoracja (20g)

obiad | *alergeny*

zupa rosół drobiowy z makaronem (400ml) gluten, seler
bitka z karkówki w sosie myśliwskim (70g) gluten, gorczyca
surówka z marchwi i porów (100g) mleko
brukselka z masłem (60g) gluten, soja
ziemniaki (120g)
kompot wielowocowy (220ml)
przyprawy () jaja, mleko,
seler, soja

kolacja | *alergeny*

szynka z komina (70g) gluten,
gorczyca,
mleko, seler,
soja
sałatka jarzynowa z majonezem (180g) gorczyca, jaja,
seler
pieczywo mieszane (100g) gluten, sezam,
soja
masło (10g) mleko
herbata ex (250ml)
strucla z makiem (70g)

PN | *alergeny*

jogurt owocowy (1 szt) mleko

Wartość energetyczna: 2832 kcal
Białka: 108,13 g
Tłuszcze: 110,48 g
Węglowodany: 322,61 g
Błonnik: 39,7 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-05-20 do dnia: 2026-05-29

Zestaw posiłków: Ogólna

2026-05-25

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - ryż (350ml)	mleko
pasta z wędliny i warzyw (70g)	gorczyca, jaja, seler, soja
połudwica drobiowa (30g)	gluten, mleko, soja
surówka z selera naciowego i rzepy z jogurtem (70g)	mleko
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
marchew - dekoracja (20g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa kalafiorowa z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
łopatka wieprzowa gotowana (80g)	seler
ziemniaki (120g)	
surówka koperkowa (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka śledziowa (110g)	gorczyca, jaja
kielbasa borowiaka (50g)	gluten, gorczyca, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
sałata z dresingiem (40g)	
PN	alergeny
serek PHILADELFIA (1szt)	

Wartość energetyczna: 2498 kcal
Białka: 130,69 g
Tłuszcze: 102,09 g
Węglowodany: 292,55 g
Błonnik: 34,52 g

2026-05-26

śniadanie	alergeny
serek wiejski (1szt)	
połudwica sopocka (50g)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
pomidory (80g)	
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kawa zbożowa mleczna (250ml)	gluten, mleko
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa z cukinii z ryżem (450 ml)	gluten, mleko
pierś drobiowa gotowana w sosie serowym (70g)	gluten, mleko
buraki saute (120g)	gluten
ziemniaki (120g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
zapiekanka z makaronu, mięsa i warzyw z sosem pomidorowym (200g)	gluten, mleko, seler
ser Deliser- plastry (35g/ 2 szt)	mleko
rzodkiewka (50g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
jabłko deserowe (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2664 kcal
Białka: 115,87 g
Tłuszcze: 89,5 g
Węglowodany: 370,11 g
Błonnik: 33,43 g

2026-05-27

śniadanie	alergeny
Zupa mleczna - kasza jaglana (350 ml)	mleko
pasta z ryby (70g)	gorczyca, jaja, ryby
kielbasa żywiecka (30g)	soja
kielki warzyw (10g)	
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
marchew - dekoracja (20g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa kapuśniak z kiszzonej seler kapusty (400ml)	
zraz zawijany ze schabu (100g)	gluten, gorczyca
sałata z jogurtem (50g)	mleko
ziemniaki (120g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka gyros (120g)	gorczyca, jaja
kielbasa szynkówka (50g)	gorczyca, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek almette (1 szt)	

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

Jadłospis od dnia: 2026-05-20 do dnia: 2026-05-29

Zestaw posiłków: Ogólna

Wartość energetyczna: 2433 kcal
Białka: 109,51 g
Tłuszcze: 95,88 g
Węglowodany: 291,06 g
Błonnik: 27,74 g

2026-05-28

śniadanie	<i>alergeny</i>
twaróg (90g)	mleko
mielonka (40g)	gluten, soja
pomidory w śmietanie (80g)	mleko
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kakao na mleku (250 ml)	mleko
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	<i>alergeny</i>
zupa porowa z makaronem (400ml)	gluten, mleko
bitka drobiowa duszona (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka z warzyw mieszanych (zawiera seler, jogurt) (90g)	mleko, seler
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	<i>alergeny</i>
sałatka z brokuła (100g)	jaja, mleko
szynka konserwowa (50g)	gluten, gorczyca, mleko, seler, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	<i>alergeny</i>
jogurt naturalny (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 2235 kcal
Białka: 110,51 g
Tłuszcze: 72,03 g
Węglowodany: 294,55 g
Błonnik: 28,2 g

2026-05-29

śniadanie	<i>alergeny</i>
zupa mleczna - płatki owsiane (350ml)	gluten, mleko
jajko mollet (2 szt)	jaja
szczypior w majonezie (30g)	gorczyca, jaja, mleko
serek almette (1 szt)	
ogórek zielony z koprem (80g)	
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	<i>alergeny</i>
zupa barszcz ukraiński (400 ml)	mleko, seler
ryba w sosie koperkowym (80g)	gluten, mleko, ryby
ziemniaki (120g)	
surówka z kapusty kiszonej (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	<i>alergeny</i>
sałatka grecka (100g)	
kielbasa krakowska (50g)	soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	<i>alergeny</i>
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 2568 kcal
Białka: 96,43 g
Tłuszcze: 98,33 g
Węglowodany: 313,02 g
Błonnik: 36,66 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-05-20 do dnia: 2026-05-29

Zestaw posiłków: Lekkostrawna

2026-05-20

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki owsiane (350ml)	gluten, mleko
pasztetowa (50g)	gluten, gorczyca, seler, soja
kiełbasa rawska (zawiera białko sojowe, mąkę pszenną) (30g)	
kiełki warzyw (10g)	
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa śliwkowa z makaronem (400ml)	gluten, mleko
schab duszony w sosie własnym (70g)	gluten
warzywa na parze (150g)	mleko
ziemniaki (120g)	
woda z cytryną (200 ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka z ryby pieczonej z warzywami i olejem (100g)	
schab drobiowy z majerankiem (50g)	gluten, mleko, soja
sałata vinegret (30g)	gorczyca
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
jogurt naturalny (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 2482 kcal
Białka: 108,63 g
Tłuszcze: 87,84 g
Węglowodany: 315,96 g
Błonnik: 23,33 g

2026-05-21

śniadanie	alergeny
szyńka biesiadna (60g)	
serek PHILADELFA (1szt)	
pomidory w jogurcie (80g)	mleko
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kakao na mleku (250g)	mleko
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa krupnik z kaszy pęczak (400ml)	seler
udko drobiowe pieczone (1 szt)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
marchew oprószana (130g)	gluten
ziemniaki (120g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
pierogi leniwe (250g)	jaja, mleko
łopatka prasowana (30g)	gluten, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
jablko pieczone (1 szt/140g)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 2907 kcal
Białka: 142,86 g
Tłuszcze: 95,17 g
Węglowodany: 357,4 g
Błonnik: 37,65 g

2026-05-22

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - zacierka na mleku (350ml)	gluten, jaja, mleko
jajko gotowane (1 szt)	jaja
południczanka z warzywami (40g)	gluten, gorczyca, soja
sałatka z ogórka zielonego i kukurydzy (80g)	
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa z soczewicy i pomidorów (450 ml)	seler
ryba pieczona w sosie maślanym cytrynowym (100g)	gluten, mleko, ryby
surówka z kapusty białej (110g)	seler
ziemniaki (120g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka grecka (100g)	
kiełbasa krakowska (50g)	soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
kefir 150g (1szt)	
PN	alergeny
serek PHILADELFA (1szt)	

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

Jadłospis od dnia: 2026-05-20 do dnia: 2026-05-29

Zestaw posiłków: Lekkostrawna

Wartość energetyczna: 2624 kcal
Białka: 121,09 g
Tłuszcze: 97,54 g
Węglowodany: 323,71 g
Błonnik: 30,77 g

2026-05-23

śniadanie | *alergeny*

twarożek z koprem (90g) mleko
pieczeń wiejska (40g) dwutlenek siarki,
gluten, soja

surówka wiosenna (70g)
pieczywo mieszane (130 g) gluten, jaja,
sezam, soja
masło (20g) mleko
dżem (30g)
herbata ex (250ml)
marchew - dekoracja (20g)

obiad | *alergeny*

zupa z dyni z grzankami (400ml) gluten, mleko, seler
szynka wieprzowa gluten
duszona z jabłkami (70g)
surówka wielowarzynna (100g) mleko, seler
ziemniaki (120g)
kompot wieloowocowy (220ml)
przyprawy () jaja, mleko, seler, soja

kolacja | *alergeny*

kielbasa parówkowa na gorąco (1 szt/90g) gluten, soja
ser Deliser- plastry (35g/ 2 szt) mleko
sos ketchup (20g) gorczyca
ogórek kiszony (80g)
pieczywo mieszane (100g) gluten, sezam, soja
masło (10g) mleko
herbata ex (250ml)

PN | *alergeny*

serek almette (1 szt)

Wartość energetyczna: 2460 kcal
Białka: 100,56 g
Tłuszcze: 102,49 g
Węglowodany: 284,86 g
Błonnik: 26,2 g

2026-05-24

śniadanie | *alergeny*

salami (40g)
galantyna z drobiu (40g) gluten, jaja,
mleko, seler
mleko

serek tartar (20g)
pomidory (80g)
pieczywo mieszane (100g) gluten, sezam,
soja
masło (20g) mleko
herbata ex (250ml)
miód naturalny (20g)
sałata - dekoracja (20g)

obiad | *alergeny*

zupa rosół drobiowy z makaronem (400ml) gluten, seler
bitka ze schabu duszona (70g) gluten
surówka z marchwi i porów (100g) mleko
brukselka z masłem (60g) gluten, soja
ziemniaki (120g)
kompot wieloowocowy (220ml)
przyprawy () jaja, mleko, seler, soja

kolacja | *alergeny*

szynka z komina (70g) gluten,
gorczyca,
mleko, seler,
soja
sałatka jarzynowa z olejem (180g) jaja, seler
pieczywo mieszane (100g) gluten, sezam,
soja
masło (10g) mleko

herbata ex (250ml)

strucla z makiem (70g)

PN | *alergeny*

jogurt owocowy (1 szt) mleko

Wartość energetyczna: 2572 kcal
Białka: 109,34 g
Tłuszcze: 92,12 g
Węglowodany: 311,58 g
Błonnik: 35,88 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-05-20 do dnia: 2026-05-29

Zestaw posiłków: Lekkostrawna

2026-05-25

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - ryż (350ml)	mleko
pastą z wędliny i warzyw (70g)	gorczyca, jaja, seler, soja
polędwica drobiowa (30g)	gluten, mleko, soja
surówka z selera naciowego i rzepy z jogurtem (70g)	mleko
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
marchew - dekoracja (20g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa kalafiorowa z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
łopatka wieprzowa gotowana (80g)	seler
ziemniaki (120g)	
surówka koperkowa (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka śledziowa D (110g)	jaja
kielbasa borowiaka (50g)	gluten, gorczyca, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
sałata z dresingiem (40g)	
PN	alergeny

serek PHILADELFA (1szt)

Wartość energetyczna: 2496 kcal
Białka: 131,55 g
Tłuszcze: 101,52 g
Węglowodany: 295,54 g
Błonnik: 32,57 g

2026-05-26

śniadanie	alergeny
serek wiejski (1szt)	
polędwica sopocka (50g)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
pomidory (80g)	
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kawa zbożowa mleczna (250ml)	gluten, mleko
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa z cukinii z ryżem (450 ml)	gluten, mleko
filet z kurczaka duszony (70g)	gluten
buraki saute (120g)	gluten
ziemniaki (120g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
zapiekanka z makaronu, mięsa i warzyw z sosem pomidorowym (200g)	gluten, mleko, seler
ser Deliser- plastry (35g/ 2 szt)	mleko
rzodkiewka (50g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
jabłko deserowe (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2620 kcal

Białka: 113,35 g

Tłuszcze: 86,03 g

Węglowodany: 369,5 g

Błonnik: 33,47 g

2026-05-27

śniadanie	alergeny
Zupa mleczna - kasza jaglana (350 ml)	mleko
pastą z ryby (70g)	gorczyca, jaja, ryby
kielbasa żywiecka (30g)	soja
kielki warzyw (10g)	
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
marchew - dekoracja (20g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa kapuśniak z kiszzonej seler kapusty (400ml)	
zraz zawijany ze schabu z warzywami (100g)	gluten, seler
sałata z jogurtem (50g)	mleko
ziemniaki (120g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka gyros D (120g)	mleko
kielbasa szynkówka (50g)	gorczyca, soja
rzodkiewka (50g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek almette (1 szt)	

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

Jadłospis od dnia: 2026-05-20 do dnia: 2026-05-29

Zestaw posiłków: Lekkostrawna

Wartość energetyczna: 2225 kcal
Białka: 108,21 g
Tłuszcze: 74,01 g
Węglowodany: 287,9 g
Błonnik: 30,96 g

2026-05-28

śniadanie	alergeny
twaróg (90g)	mleko
mielonka (40g)	gluten, soja
pomidory w jogurcie (80g)	mleko
pieczywo mieszane (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kakao na mleku (250 ml)	mleko
dżem (400ml)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa porowa z makaronem (400ml)	gluten, mleko
bitka drobiowa duszona (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka z warzyw mieszanych (zawiera seler, jogurt) (90g)	mleko, seler
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka z brokuła (100g)	jaja, mleko
szynka konserwowa (50g)	gluten, gorczyca, mleko, seler, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
jogurt naturalny (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 2221 kcal
Białka: 110,43 g
Tłuszcze: 70,65 g
Węglowodany: 294,08 g
Błonnik: 28,05 g

2026-05-29

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki owsiane (350ml)	gluten, mleko
jajko mollet (2 szt)	jaja
sos pietruszkowy (30g)	gorczyca, jaja, mleko
serek almette (1 szt)	
ogórek zielony z koprem (80g)	
pieczywo mieszane (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa barszcz ukraiński (400 ml)	mleko, seler
ryba w sosie koperkowym D (80g)	gluten, mleko, ryby
ziemniaki (120g)	
surówka z kapusty kiszzonej (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka grecka (100g)	
kielbasa krakowska (50g)	soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 2505 kcal
Białka: 96,02 g
Tłuszcze: 92,32 g
Węglowodany: 311,22 g
Błonnik: 36,48 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-05-20 do dnia: 2026-05-29

Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

2026-05-20

śniadanie	alergeny
pasztetowa (50g)	gluten, gorczyca, seler, soja
kiełbasa rawska (zawiera soja białko sojowe, mąkę pszenną) (30g)	
kiełki warzyw (10g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
sałata - dekoracja (20g)	
marchew - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
kefir 150g (1szt)	
obiad	alergeny
zupa śliwkowa z makaronem (400ml)	gluten, mleko
schab duszony w sosie własnym (70g)	gluten
warzywa na parze (150g)	mleko
ziemniaki (80g)	
woda z cytryną (200 ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
sałatka owocowa (50g)	
kolacja	alergeny
sałatka z ryby pieczonej z warzywami i olejem (100g)	ryby
schab drobiowy z majerankiem (50g)	gluten, mleko, soja
sałata vinegret (30g)	gorczyca
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny

jabłko deserowe (1 szt)

Wartość energetyczna: 1968 kcal

Białka: 90,35 g

Tłuszcze: 80,53 g

Węglowodany: 226,56 g

Błonnik: 21,49 g

2026-05-21

śniadanie	alergeny
szyńka biesiadna (60g)	
serek PHILADELFA (1szt)	
pomidory w jogurcie (80g)	mleko
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
Kakao na mleku (250ml)	mleko
sałata - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
twaróg (50g)	mleko
obiad	alergeny
zupa krupnik z kaszy pęczak (400ml)	seler
udko drobiowe pieczone (1 szt)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
surówka z marchwi (100g)	
ziemniaki (80g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
sok z buraka (100 ml)	
kolacja	alergeny
pierogi leniwe (170g)	jaja, mleko
łopatka prasowana (30g)	gluten, soja
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
jabłko pieczone z cynamonem (150g)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 2378 kcal

Białka: 137,62 g

Tłuszcze: 92,32 g

Węglowodany: 242,18 g

Błonnik: 39,15 g

2026-05-22

śniadanie	alergeny
jajko gotowane (1 szt)	jaja
południczanka z warzywami (40g)	gluten, gorczyca, soja
sałatka z ogórka zielonego i kukurydzy (80g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
sałata - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
jogurt naturalny (1 szt)	mleko
obiad	alergeny
zupa z soczewicy i pomidorów (450 ml)	seler
ryba pieczona w sosie maślano cytrynowym (100g)	gluten, mleko, ryby
surówka z kapusty białej (110g)	seler
ziemniaki (80g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
kisiel z jabłkami (200g)	
kolacja	alergeny
sałatka grecka (100g)	
kiełbasa krakowska (50g)	soja
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
kefir 150g (1szt)	
PN	alergeny
serek PHILADELFA (1szt)	

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

Jadłospis od dnia: 2026-05-20 do dnia: 2026-05-29

Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

Wartość energetyczna: 2084 kcal
Białka: 108,87 g
Tłuszcze: 95,67 g
Węglowodany: 207,97 g
Błonnik: 27,58 g

2026-05-23

śniadanie | *alergeny*

twarożek z koprem (90g) mleko
pieczeń wiejska (40g) dwutlenek siarki,
gluten, soja

surówka wiosenna (70g)
pieczywo razowe (80g) gluten, sezam,
soja
masło (20g) mleko

herbata ex (250ml)
marchew - dekoracja (20g)

II śniadanie | *alergeny*

ser żółty (30g) mleko
pieczywo razowe (20g) gluten, sezam,
soja

sałata zielona (20g)

obiad | *alergeny*

zupa z dyni z grzankami (400ml) gluten, mleko,
seler

szynka wieprzowa duszona z jabłkami (70g) gluten
surówka wielowarzywna (100g) mleko, seler

ziemniaki (80g)
kompot wieloowocowy (220ml)

przyprawy () jaja, mleko,
seler, soja

podwieczorek | *alergeny*

Koktajl pomidorowy (180 ml) mleko

kolacja | *alergeny*

kiełbasa parówkowa na gorąco (1 szt/90g) gluten, soja
ser Deliser- plastry (35g/ 2mleko szt)

sos ketchup (20g) gorczyca
ogórek kiszony (80g)
pieczywo razowe (80g) gluten, sezam,
soja

masło (10g) mleko
herbata ex (250ml)

PN

alergeny

serek almette (1 szt)

Wartość energetyczna: 2141 kcal

Białka: 101,49 g

Tłuszcze: 110,2 g

Węglowodany: 189,87 g

Błonnik: 25,77 g

2026-05-24

śniadanie | *alergeny*

salami (40g)
galantyna z drobiu (40g) gluten, jaja,
mleko, seler
mleko

serek tartar (20g)
pomidory (80g)
pieczywo razowe (80g) gluten, sezam,
soja
masło (20g) mleko

herbata ex (250ml)
sałata - dekoracja (20g)

II śniadanie | *alergeny*

jajko gotowane (1 szt) jaja

obiad | *alergeny*

zupa rosół drobiowy z makaronem (400ml) gluten, seler
bitka ze schabu duszona (70g) gluten

surówka z marchwi i porów (100g) mleko

brukselka z masłem (60g) gluten, soja
ziemniaki (80g)

kompot wieloowocowy (220ml)
przyprawy () jaja, mleko,
seler, soja

podwieczorek | *alergeny*

sok z jabłek (100 ml)

kolacja | *alergeny*

szynka z komina (70g) gluten,
gorczyca,
mleko, seler,
soja

sałatka jarzynowa z olejem (180g) jaja, seler
pieczywo razowe (80g) gluten, sezam,
soja

masło (10g) mleko
herbata ex (250ml)

grapefruit (1/2 szt)

PN | *alergeny*

jogurt naturalny (1 szt) mleko

Wartość energetyczna: 2203 kcal

Białka: 107,46 g

Tłuszcze: 92,14 g

Węglowodany: 240,68 g

Błonnik: 41,66 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-05-20 do dnia: 2026-05-29

Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

2026-05-25

śniadanie	alergeny
<p>pasta z wędliny i warzyw (70g) połudwica drobiowa (30g)</p> <p>surówka z selera naciowego i rzepy z jogurtem (70g) pieczywo razowe (80g)</p> <p>masło (20g) herbata ex (250ml) marchew - dekoracja (20g) sałata - dekoracja (20g)</p>	<p>gorczyca, jaja, seler, soja gluten, mleko, soja mleko</p> <p>gluten, sezam, soja mleko</p>

II śniadanie | *alergeny*

kefir 150g (1szt)	alergeny
<p>obiad</p> <p>zupa kalafiorowa z ziemniakami (400ml) łopatka wieprzowa gotowana (80g) ziemniaki (80g) surówka koperkowa (100g) kompot wieloowocowy (220ml) przyprawy ()</p>	<p>gluten, mleko, seler seler</p> <p>jaja, mleko, seler, soja</p>

podwieczorek | *alergeny*

sałatka owocowa (50g)	alergeny
<p>kolacja</p> <p>sałatka śledziowa D (110g) kiełbasa borowiaka (50g)</p> <p>pieczywo razowe (80g)</p> <p>masło (10g) herbata ex (250ml) sałata z dresingiem (40g)</p>	<p>jaja</p> <p>gluten, gorczyca, soja gluten, sezam, soja mleko</p>

PN

serek PHILADELFA (1szt)

Wartość energetyczna: 1957 kcal
Białka: 119,7 g
Tłuszcze: 99,02 g
Węglowodany: 181,04 g
Błonnik: 29,47 g

alergeny

2026-05-26

śniadanie	alergeny
<p>serek wiejski (1szt) połudwica sopočka (50g)</p> <p>pomidory (80g) pieczywo razowe (80g)</p> <p>masło (20g) kawa zbożowa mleczna (250ml) sałata - dekoracja (20g)</p>	<p>gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja</p> <p>gluten, sezam, soja mleko</p> <p>gluten, mleko</p>

II śniadanie | *alergeny*

ogonówka (30g)	alergeny
<p>sałata zielona (20g) pieczywo razowe (20g)</p> <p>obiad</p> <p>zupa z cukinii z ryżem (450 ml) filet z kurczaka duszony (70g) buraki gotowane (120g) ziemniaki (80g) kompot wieloowocowy (220ml) przyprawy ()</p>	<p>gluten, soja</p> <p>gluten, sezam, soja</p> <p>gluten, mleko</p> <p>gluten</p> <p>jaja, mleko, seler, soja</p>

podwieczorek | *alergeny*

budyń (100g)	alergeny
<p>kolacja</p> <p>zapiekanka z makaronu razowego, mięsa i warzyw z sosem pomidorowym (200g) ser Deliser- plastry (35g/ 2 szt) rzodkiewka (50g) pieczywo razowe (80g)</p>	<p>gluten, jaja, mleko</p> <p>gluten, mleko, seler</p> <p>gluten, sezam, soja</p>

masło (10g) mleko

herbata ex (250ml) | *alergeny*

jabłko deserowe (1 szt)

Wartość energetyczna: 2241 kcal
Białka: 108,42 g
Tłuszcze: 89,86 g
Węglowodany: 270,39 g
Błonnik: 29,36 g

2026-05-27

śniadanie	alergeny
<p>pasta z ryby (70g)</p> <p>kiełbasa żywiecka (30g) kiełki warzyw (10g) pieczywo razowe (80g)</p> <p>masło (20g) herbata ex (250ml) marchew - dekoracja (20g) sałata - dekoracja (20g)</p>	<p>gorczyca, jaja, ryby soja</p> <p>gluten, sezam, soja mleko</p>

II śniadanie | *alergeny*

kefir 150g (1szt)	alergeny
<p>obiad</p> <p>zupa kapuśniak z kiszzonej seler kapusty (400ml) zraz zawijany ze schabu z gluten, seler warzywami (100g) sałata z jogurtem (50g) ziemniaki (80g) kompot wieloowocowy (220ml) przyprawy ()</p>	<p>gluten, sezam, soja mleko</p> <p>jaja, mleko, seler, soja</p>

podwieczorek | *alergeny*

sok z marchwi (100 ml)	alergeny
<p>kolacja</p> <p>sałatka gyros D (120g) kiełbasa szynkówka (50g) rzodkiewka (50g) pieczywo razowe (80g)</p> <p>masło (10g) herbata ex (250ml)</p>	<p>mleko</p> <p>gorczyca, soja</p> <p>gluten, sezam, soja mleko</p>

PN | *alergeny*

serek almette (1 szt)

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

Jadłospis od dnia: 2026-05-20 do dnia: 2026-05-29

Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

Wartość energetyczna: 1756 kcal
Białka: 97,56 g
Tłuszcze: 71,12 g
Węglowodany: 177 g
Błonnik: 36,88 g

2026-05-28

śniadanie	<i>alergeny</i>
twaróg (90g)	mleko
mielonka (40g)	gluten, soja
pomidory w jogurcie (80g)	mleko
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
Kakao na mleku (250ml)	mleko
sałata - dekoracja (20g)	
II śniadanie	<i>alergeny</i>
pastą z wędliny i warzyw (50g)	gorczyca, jaja, seler, soja
obiad	<i>alergeny</i>
zupa porowa z makaronem (400ml)	gluten, mleko
bitka drobiowa duszona (70g)	gluten
ziemniaki (80g)	
surówka z warzyw mieszanych (zawiera seler, jogurt) (90g)	mleko, seler
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	<i>alergeny</i>
serek PHILADELFIA (1szt)	
kolacja	<i>alergeny</i>
sałatka z brokuła (100g)	jaja, mleko
szynka konserwowa (50g)	gluten, gorczyca, mleko, seler, soja
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	<i>alergeny</i>
jogurt naturalny (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 1912 kcal
Białka: 110,45 g
Tłuszcze: 85,12 g
Węglowodany: 186,36 g
Błonnik: 24,99 g

2026-05-29

śniadanie	<i>alergeny</i>
jajko mollet (2 szt)	jaja
sos pietruszkowy (30g)	gorczyca, jaja, mleko
serek almette (1 szt)	
ogórek zielony z koprem (80g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
sałata - dekoracja (20g)	
II śniadanie	<i>alergeny</i>
kefir 150g (1szt)	
obiad	<i>alergeny</i>
zupa barszcz ukraiński (400 ml)	mleko, seler
ryba w sosie koperkowym D (80g)	gluten, mleko, ryby
ziemniaki (80g)	
surówka z kapusty kiszzonej (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	<i>alergeny</i>
jablko deserowe (1 szt)	
kolacja	<i>alergeny</i>
sałatka grecka (100g)	
kielbasa krakowska (50g)	soja
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	<i>alergeny</i>
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 1966 kcal
Białka: 83,51 g
Tłuszcze: 88,62 g
Węglowodany: 202,32 g
Błonnik: 33,92 g