

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

Jadłospis od dnia: 2026-05-30 do dnia: 2026-06-08

Zestaw posiłków: Ogólna

2026-05-30

śniadanie	alergeny
twarożek z zieleniną (90g)	mleko
łopatka prasowana (40g)	gluten, soja
rzodkiewka z koperkiem (70g)	
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
marchew - dekoracja (20g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa grysikowa (400ml)	gluten, seler
szynka po cygańsku (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka z rzepy (100g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
pasta warzywna (80g)	seler
ogonówka (40g)	gluten, soja
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek kanapkowy (1szt)	

Wartość energetyczna: 1982 kcal
Białka: 90,32 g
Tłuszcze: 55,16 g
Węglowodany: 274,43 g
Błonnik: 29,23 g

2026-05-31

śniadanie	alergeny
rolada schabowa (40g)	mleko, soja
kurczak gotowany (40g)	
serek tartar (20g)	mleko
pomidor ze szczypiorkiem (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
miód naturalny (20g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa pomidorowa z makaronem (400ml)	gluten, mleko, seler
schab duszony w sosie jarzynowym (70g)	gluten, seler
ziemniaki (120g)	
surówka z marchwi i jabłka (90g)	
kalafior z masłem mrożony (60g)	gluten, soja
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
szynka starowiejska (70g)	
sałatka włoska z majonezem (180g)	gorczyca, jaja, seler
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
babka piaskowa (50g)	gluten, jaja
PN	alergeny
jogurt owocowy (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 2560 kcal
Białka: 104,61 g
Tłuszcze: 83,32 g
Węglowodany: 344,99 g
Błonnik: 40,41 g

2026-06-01

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki owsiane (350ml)	gluten, mleko
połędwica drobiowa (50g)	gluten, mleko, soja
1/2 jajka w sosie pietruszkowym (1/2szt)	gorczyca, jaja
surówka z selera naciowego i rzodkwi 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 ryżowa (400ml)	seler
pieczeń rzymska w sosie serowym A (100 g)	gluten, jaja, mleko, soja
ziemniaki (120g)	
surówka z kapusty pekińskiej (100g)	
kompot wieloowocowy (400ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka z tuńczykiem (80g)	jaja
kielbasa borowiaka (50g)	gluten, gorczyca, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
jabłko deserowe (1 szt)	
PN	alergeny
serek PHILADELFA (1szt)	

Wartość energetyczna: 2471 kcal
Białka: 141,14 g
Tłuszcze: 88,53 g
Węglowodany: 319,65 g
Błonnik: 31,42 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-05-30 do dnia: 2026-06-08

Zestaw posiłków: Ogólna

2026-06-02

śniadanie	alergeny
jogurt owocowy (1 szt)	mleko
salceson z indyka (50g)	gluten, mleko, soja
ser Deliser- plastry (35g/ 2mleko szt)	
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 selerowa z grzankami (400ml)	gluten, mleko, seler
sznyceł z piersi kurczaka (120g)	gluten, jaja, mleko, soja
ziemniaki (120g)	
marchew oprószana (130g)	gluten
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja

kolacja	alergeny
budyń z sera i makaronu na gorąco (130g)	gluten, jaja, mleko
sos owocowy (60g)	mleko
kielbasa szynkowa (30g)	gluten, soja
rzodkiewka (50g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	

PN	alergeny
serek almette (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2718 kcal

Białka: 105,27 g
Tłuszcze: 105,39 g
Węglowodany: 339,13 g
Błonnik: 30,98 g

2026-06-03

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki owsiane (350ml)	gluten, mleko
pasta z jaj i zieleniny (80g)	gorczyca, jaja
kielbasa rawska (zawiera soja białko sojowe, mąkę pszenną) (30g)	
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 ziemniaczana zabieleną (400ml)	gluten, mleko, seler
gulasz mięsny z jarzynami (65g mięso/200ml jarz)	gluten
kasza gryczana (100g)	
sałata z jogurtem (50g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja

kolacja	alergeny
ryba w galarecie z cytryną (75g ryba/180g)	jaja, mleko, ryby, seler, soja
sos tatarski (120g)	gorczyca, jaja
schab drobiowy z majerankiem (30g)	gluten, mleko, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
jabłko deserowe (1 szt)	

PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 2754 kcal

Białka: 121,28 g
Tłuszcze: 108,45 g
Węglowodany: 330,21 g
Błonnik: 33,65 g

2026-06-04

śniadanie	alergeny
łopatka pieczona (40g)	gluten, mleko
ser żółty (40g)	mleko
serek PHILADELFA (1szt)	
pomidor ze szczypiorkiem (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
roladka z drobiu ze szpinakiem (100g)	gluten, mleko
ziemniaki (120g)	
buraki saute (120g)	gluten
mizéria z ogórka świeżegomleko (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja

kolacja	alergeny
szynka z komina (70g)	gluten, gorczyca, mleko, seler, soja
sałatka z selera kons,kukurydzy i brzoskwiń z rodzynkami (100g)	dwutlenek siarki, gluten, gorczyca, jaja, orzechy, seler, sezam, soja

pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
babka piaskowa (50g)	gluten, jaja
PN	alergeny

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

Jadłospis od dnia: 2026-05-30 do dnia: 2026-06-08

Zestaw posiłków: Ogólna

jogurt owocowy (1 szt) mleko

Wartość energetyczna: 2639 kcal
Białka: 111,48 g
Tłuszcze: 93,47 g
Węglowodany: 340,42 g
Błonnik: 32 g

2026-06-05

śniadanie	<i>alergeny</i>
zupa mleczna - płatki kukurydziane (350ml)	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 fasolowa z ziemniakami (400ml)	gluten, seler
ryba smażona (120g)	gluten, jaja, mleko, ryby, soja
ziemniaki (120g)	
surówka z kapusty kiszonej (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	<i>alergeny</i>
Ryż ze śliwkami (150g)	
kielbasa krakowska (30g)	soja
rzodkiewka (50g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	<i>alergeny</i>
jabłko deserowe (1 szt)	

Wartość energetyczna: 3133 kcal
Białka: 105,99 g
Tłuszcze: 112,71 g
Węglowodany: 406,04 g
Błonnik: 46,7 g

2026-06-06

śniadanie	<i>alergeny</i>
serek wiejski (1szt)	
szynka konserwowa (50g)	gluten, gorczyca, mleko, seler, soja
surówka wiosenna (70g)	
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	<i>alergeny</i>
zupa krupnik z kaszy jaglanej (400ml)	seler
bitka z szynki w sosie korniszonowym (70g)	gluten, gorczyca, mleko
ziemniaki (120g)	
surówka z kalarepy i jabłek (100g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	<i>alergeny</i>
pasztet z kaszy gryczanej z mięsem i warzywami (110g)	gluten, jaja
sos jogurtowy z czosnkiem (15g)	gorczyca, jaja, mleko
ser Deliser- plastry (35g/ 2 szt)	mleko
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	<i>alergeny</i>
serek PHILADELFIA (1szt)	

Wartość energetyczna: 2424 kcal
Białka: 106,18 g
Tłuszcze: 87,81 g
Węglowodany: 310,72 g
Błonnik: 29,51 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-05-30 do dnia: 2026-06-08

Zestaw posiłków: Ogólna

2026-06-07

śniadanie	<i>alergeny</i>
schab cygański okopcony (40g)	
połudwica wiśniowa (40g)	
ser camembert (25g)	mleko
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	<i>alergeny</i>
zupa koperkowa zabieleną z makaronem (400ml)	gluten, mleko, seler
karkówka duszona po staropolsku (80g)	dwutlenek siarki, gluten
ziemniaki (120g)	
surówka z marchwi z chrzanem (90g)	dwutlenek siarki, mleko
brukselka z masłem (60g)	gluten, soja
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja

kolacja	<i>alergeny</i>
szynka gotowana (70g)	gluten, soja
sałatka jarzynowa z majonezem (180g)	gorczyca, jaja, seler
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
babka piaskowa (50g)	gluten, jaja

PN	<i>alergeny</i>
kefir 150g (1szt)	

Wartość energetyczna: 2698 kcal
Białka: 103,69 g
Tłuszcze: 98,55 g
Węglowodany: 329,25 g
Błonnik: 36,05 g

2026-06-08

śniadanie	<i>alergeny</i>
zupa mleczna - ryż (350ml)	mleko
tuńczyk w oleju (50g)	
schab drobiowy z majerankiem (30g)	gluten, mleko, soja
surówka z selera naciowego i ogórków zielonych (70g)	
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 z marchwi z grzankami (400)	gluten, mleko, seler
pulpet mięsny w sosie pietruszkowym (100g)	gluten, jaja, mleko
ziemniaki (120g)	
sałata z jogurtem (50g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja

kolacja	<i>alergeny</i>
pasta warzywna z ciecierzycą (80g)	
kielbasa borowiaka (50g)	gluten, gorczyca, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
jablko deserowe (1 szt)	

PN	<i>alergeny</i>
serek PHILADELFA (1szt)	

Wartość energetyczna: 2165 kcal
Białka: 87,54 g
Tłuszcze: 72,2 g
Węglowodany: 294,37 g
Błonnik: 28,47 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-05-30 do dnia: 2026-06-08

Zestaw posiłków: Lekkostrawna

2026-05-30

śniadanie	alergeny
twarożek z zieleniną (90g)	mleko
łopatka prasowana (40g)	gluten, soja
rzodkiewka z koperkiem (70g)	
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
marchew - dekoracja (20g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa grysikowa (400ml)	gluten, seler
szynka po cygańsku (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka z rzepy (100g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
pasta warzywna (80g)	seler
ogonówka (40g)	gluten, soja
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek kanapkowy (1szt)	

Wartość energetyczna: 1982 kcal
Białka: 90,32 g
Tłuszcze: 55,16 g
Węglowodany: 274,43 g
Błonnik: 29,23 g

2026-05-31

śniadanie	alergeny
rolada schabowa (40g)	mleko, soja
kurczak gotowany (40g)	
serek tartar (20g)	mleko
pomidory (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
miód naturalny (20g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa pomidorowa z makaronem (400ml)	gluten, mleko, seler
schab duszony w sosie jarzynowym (70g)	gluten, seler
ziemniaki (120g)	
surówka z marchwi i jabłka (90g)	
kalafior z masłem (60g)	gluten, soja
mrożony (60g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
szynka starowiejska (70g)	
sałatka włoska z olejem (180g)	jaja, seler
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (400ml)	mleko
herbata ex (250ml)	
babka piaskowa (50g)	gluten, jaja
PN	alergeny
jogurt owocowy (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 2490 kcal
Białka: 102,98 g
Tłuszcze: 79,16 g
Węglowodany: 338,8 g
Błonnik: 37,96 g

2026-06-01

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki owsiane (350ml)	gluten, mleko
połędwica drobiowa (50g)	gluten, mleko, soja
1/2 jajka w sosie pietruszkowym (1/2szt)	gorczyca, jaja
surówka z selera naciowego i rzodkwi 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 ryżowa (400ml)	seler
pieczeń rzymska w sosie serowym A (100 g)	gluten, jaja, mleko, soja
ziemniaki (120g)	
surówka z kapusty pekińskiej (100g)	
kompot wieloowocowy (400ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka z tuńczykiem (80g)	jaja
kielbasa borowiaka (50g)	gluten, gorczyca, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
jabłko deserowe (1 szt)	
PN	alergeny
serek PHILADELFIA (1szt)	

Wartość energetyczna: 2471 kcal
Białka: 141,14 g
Tłuszcze: 88,53 g
Węglowodany: 319,65 g
Błonnik: 31,42 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-05-30 do dnia: 2026-06-08

Zestaw posiłków: Lekkostrawna

2026-06-02

śniadanie	alergeny
jogurt owocowy (1 szt)	mleko
salceson z indyka (50g)	gluten, mleko, soja
ser Deliser- plastry (35g/ 2mleko szt)	
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 selerowa z grzankami (400ml)	gluten, mleko, seler
bitka drobiowa duszona (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
marchew oprószana (130g)	gluten
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
budyń z sera i makaronu na gorąco (130g)	gluten, jaja, mleko
sos owocowy (60g)	mleko
kielbasa szynkowa (30g)	gluten, soja
rzodkiewka (50g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek almette (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2445 kcal
Białka: 103,73 g
Tłuszcze: 82,8 g
Węglowodany: 324,68 g
Błonnik: 30,48 g

2026-06-03

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki owsiane (350ml)	gluten, mleko
pasta z jaj i zieleniny (80g)	gorczyca, jaja
kielbasa rawska (zawiera soja białko sojowe, mąkę pszenną) (30g)	
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 ziemniaczana zabieleną (400ml)	gluten, mleko, seler
gulasz mięsny z jarzynami (65g mięso/200ml jarz)	gluten
kasza gryczana (100g)	
sałata z jogurtem (50g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
ryba w galarecie z cytryną (75g ryba/180g)	jaja, mleko, ryby, seler, soja
sos tatarski D (120g)	jaja, mleko
schab drobiowy z majerankiem (30g)	gluten, mleko, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
jablko deserowe (1 szt)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 2678 kcal
Białka: 121,63 g
Tłuszcze: 98,74 g
Węglowodany: 332,75 g
Błonnik: 34,12 g

2026-06-04

śniadanie	alergeny
łopatka pieczona (40g)	gluten, mleko
ser żółty (40g)	mleko
serek PHILADELFA (1szt)	
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
roladka z drobiu ze szpinakiem (100g)	gluten, mleko
ziemniaki (120g)	
buraki saute (120g)	gluten
mizeria z ogórka świeżegomleko (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
szynka z komina (70g)	gluten, gorczyca, mleko, seler, soja
sałatka z selera kons,kukurydzy i brzoskwiń z rodzynkami (100g)	dwutlenek siarki, gluten, gorczyca, jaja, orzechy, seler, sezam, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
babka piaskowa (50g)	gluten, jaja
PN	alergeny
jogurt owocowy (1 szt)	mleko

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

Jadłospis od dnia: 2026-05-30 do dnia: 2026-06-08

Zestaw posiłków: Lekkostrawna

Wartość energetyczna: 2637 kcal
Białka: 111,19 g
Tłuszcze: 93,41 g
Węglowodany: 340,15 g
Błonnik: 31,83 g

2026-06-05

śniadanie	<i>alergeny</i>
zupa mleczna - płatki kukurydziane (350ml)	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 fasolki szparagowej z ziemniakami (400ml)	seler
ryba pieczona w jarzynach ryby (110g ryba/80g jarzy)	
ziemniaki (120g)	
surówka z kapusty kiszonej (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	<i>alergeny</i>
Ryż ze śliwkami (150g)	
kiełbasa krakowska (30g)	soja
rzodkiewka (50g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	<i>alergeny</i>
jabłko deserowe (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2454 kcal
Białka: 92,9 g
Tłuszcze: 72,55 g
Węglowodany: 355,74 g
Błonnik: 35,91 g

2026-06-06

śniadanie	<i>alergeny</i>
serek wiejski (1szt)	
szynka konserwowa (50g)	gluten, gorczyca, mleko, seler, soja
surówka wiosenna (70g)	
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	<i>alergeny</i>
zupa krupnik z kaszy jaglanej (400ml)	seler
bitka z szynki duszona w sosie potrawkowym (70g)	gluten, mleko
ziemniaki (120g)	
kalarepa z jabłkiem (80g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	<i>alergeny</i>
pasztet z kaszy gryczanej z mięsem i warzywami (110g)	gluten, jaja
sos jogurtowy z czosnkiem (15g)	gorczyca, jaja, mleko
ser Deliser- plastry (35g/ 2 szt)	mleko
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	<i>alergeny</i>
serek PHILADELFA (1szt)	

Wartość energetyczna: 2417 kcal
Białka: 105,74 g
Tłuszcze: 87,77 g
Węglowodany: 309,13 g
Błonnik: 28,78 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-05-30 do dnia: 2026-06-08

Zestaw posiłków: Lekkostrawna

2026-06-07

śniadanie | *alergeny*

schab cygański okopcony (40g)
połudwica wiśniowa (40g)
serek tartar (20g) mleko
sałatka z pomidorów (80g)
pieczywo mieszane (100g) gluten, sezam, soja
masło (20g) mleko
herbata ex (250ml)
miód naturalny (20g)
sałata - dekoracja (20g)

obiad | *alergeny*

zupa koperkowa zabieleną z makaronem (400ml) gluten, mleko, seler
schab duszony z morelami (70g) dwutlenek siarki, gluten, orzechy, sezam, soja
ziemniaki (120g)
surówka z marchwi z chrzanem (90g) dwutlenek siarki, mleko
brukselka z masłem (60g) gluten, soja
kompot wieloowocowy (220ml)
przyprawy () jaja, mleko, seler, soja

kolacja | *alergeny*

szynka gotowana (70g) gluten, soja
sałatka jarzynowa z olejem (180g) jaja, seler
pieczywo mieszane (100g) gluten, sezam, soja
masło (10g) mleko
herbata ex (250ml)
babka piaskowa (50g) gluten, jaja

PN | *alergeny*

kefir 150g (1szt)

Wartość energetyczna: 2414 kcal

Białka: 101,49 g

Tłuszcze: 77,59 g

Węglowodany: 323,78 g

Błonnik: 33,1 g

2026-06-08

śniadanie | *alergeny*

zupa mleczna - ryż (350ml) mleko
tuńczyk w oleju (50g)
schab drobiowy z majerankiem (30g) gluten, mleko, soja
surówka z selera naciowego i ogórków zielonych (70g)
pieczywo mieszane (130g) gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g) mleko
herbata ex (250ml)
dżem (30g)
sałata - dekoracja (20g)
marchew - dekoracja (20g)

obiad | *alergeny*

zupa z marchwi z grzankami (400) gluten, mleko, seler
pulpet mięsny w sosie pietruszkowym (100g) gluten, jaja, mleko
ziemniaki (120g)
sałata z jogurtem (50g) mleko
kompot wieloowocowy (220ml)
przyprawy () jaja, mleko, seler, soja

kolacja | *alergeny*

pasta warzywna z ciecierzycą (80g)
kielbasa borowiaka (50g) gluten, gorczyca, soja
pieczywo mieszane (100g) gluten, sezam, soja
masło (10g) mleko
herbata ex (250ml)
jabłko deserowe (1 szt)

PN | *alergeny*

serek PHILADELFA (1szt)

Wartość energetyczna: 2165 kcal

Białka: 87,54 g

Tłuszcze: 72,2 g

Węglowodany: 294,37 g

Błonnik: 28,47 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-05-30 do dnia: 2026-06-08

Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

2026-05-30

śniadanie	alergeny
twarożek z zieleniną (90g)	mleko
łopatka prasowana (40g)	gluten, soja
rzodkiewka z koperkiem (70g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja, mleko
masło (20g)	
herbata ex (250ml)	
marchew - dekoracja (20g)	
sałata - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
polędwica sopocka (30g)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
sałata zielona (20g)	
pieczywo razowe (20g)	gluten, sezam, soja
obiad	alergeny
zupa grysikowa (400ml)	gluten, seler
szynka po cygańsku (70g)	gluten
ziemniaki (80g)	
surówka z rzepy (100g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
Koktajl pomidorowy (180 ml)	mleko
kolacja	alergeny
pasta warzywna (80g)	seler
ogonówka (40g)	gluten, soja
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja, mleko
masło (10g)	
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny

serek kanapkowy (1szt)

Wartość energetyczna: 1590 kcal
Białka: 87,94 g
Tłuszcze: 56,27 g
Węglowodany: 179,41 g
Błonnik: 28,8 g

2026-05-31

śniadanie	alergeny
rolada schabowa (40g)	mleko, soja
kurczak gotowany (40g)	
serek tartar (20g)	mleko
pomidory (80g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja, mleko
masło (20g)	
herbata ex (250ml)	
sałata - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
jajko gotowane (1 szt)	jaja
obiad	alergeny
zupa pomidorowa z makaronem (400ml)	gluten, mleko, seler
schab duszony w sosie jarzynowym (70g)	gluten, seler
ziemniaki (80g)	
surówka z marchwi i jabłka (90g)	
kalafior z masłem mrożony (60g)	gluten, soja
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
sok z jabłek (100 ml)	
kolacja	alergeny
szynka starowiejska (70g)	
sałatka włoska z olejem (180g)	jaja, seler
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja, mleko
masło (10g)	
herbata ex (250ml)	
grapefruit (1/2 szt)	
PN	alergeny
jogurt naturalny (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 2185 kcal
Białka: 103,27 g
Tłuszcze: 86,41 g
Węglowodany: 262,92 g
Błonnik: 45,09 g

2026-06-01

śniadanie	alergeny
polędwica drobiowa (50g)	gluten, mleko, soja, gorczyca, jaja
1/2 jajka w sosie pietruszkowym (1/2szt)	
surówka z selera naciowego i rzodkwi z jogurtem (70g)	mleko
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja, mleko
masło (20g)	
herbata ex (250ml)	
marchew - dekoracja (20g)	
sałata - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
kefir 150g (1szt)	
obiad	alergeny
zupa ryżowa (400ml)	seler
pieczeń rzymska w sosie serowym A (100 g)	gluten, jaja, mleko, soja
ziemniaki (80g)	
surówka z kapusty pekińskiej (80g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
kisiel z jabłkami (200g)	
kolacja	alergeny
sałatka z tuńczykiem (80g)	jaja
kiełbasa borowiaka (50g)	gluten, gorczyca, soja
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja, mleko
masło (10g)	
herbata ex (250ml)	
jabłko deserowe (1 szt)	
PN	alergeny

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

Jadłospis od dnia: 2026-05-30 do dnia: 2026-06-08

Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

serek PHILADELFA
(1szt)

Wartość energetyczna: 1922 kcal
Białka: 127,92 g
Tłuszcze: 84,58 g
Węglowodany: 207,04 g
Błonnik: 26,45 g

2026-06-02

śniadanie	<i>alergeny</i>
salceson z indyka (50g)	gluten, mleko, soja
ser Deliser- plastry (35g/ 2 szt)	mleko
pomidory (80g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kawa zbożowa mleczna (250ml)	gluten, mleko
sałata - dekoracja (20g)	
II śniadanie	<i>alergeny</i>
serek homogenizowany naturalny (150g/1 szt)	mleko
obiad	<i>alergeny</i>
zupa selerowa z grzankami (400ml)	gluten, mleko, seler
bitka drobiowa duszona (70g)	gluten
ziemniaki (80g)	
surówka z marchwi (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	<i>alergeny</i>
sok z buraka (100 ml)	
kolacja	<i>alergeny</i>
budyń z sera i makaronu razowego (130g)	gluten, jaja, mleko
sos owocowy (60g)	mleko
kielbasa szynkowa (30g)	gluten, soja
rzodkiewka (50g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	<i>alergeny</i>
serek almette (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2039 kcal

Białka: 102,81 g

Tłuszcze: 89,73 g

Węglowodany: 216,25 g

Błonnik: 33,34 g

2026-06-03

śniadanie	<i>alergeny</i>
pasta z jaj i zieleniny (80g)	gorczyca, jaja
kielbasa rawska (zawiera białko sojowe, mąkę pszenną) (30g)	soja
kielki warzyw (10g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
marchew - dekoracja (20g)	
sałata - dekoracja (20g)	
II śniadanie	<i>alergeny</i>
kefir 150g (1szt)	
obiad	<i>alergeny</i>
zupa ziemniaczana zabieleną (400ml)	gluten, mleko, seler
gulasz mięsny z jarzynami (65g mięso/200ml jarz)	gluten
kasza gryczana (80g)	
sałata z jogurtem (50g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	<i>alergeny</i>
koktail pomidorowy (150 ml)	mleko
kolacja	<i>alergeny</i>
ryba w galarecie z cytryną (75g ryba/180g)	jaja, mleko, ryby, seler, soja
sos tatarski D (120g)	jaja, mleko
schab drobiowy z majerankiem (30g)	gluten, mleko, soja
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
jabłko deserowe (1 szt)	
PN	<i>alergeny</i>

serek tartar (20g) mleko

Wartość energetyczna: 2180 kcal

Białka: 109,33 g

Tłuszcze: 95,58 g

Węglowodany: 230,42 g

Błonnik: 31,23 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-05-30 do dnia: 2026-06-08

Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

2026-06-04

śniadanie	alergeny
łopatka pieczona (40g)	gluten, mleko
ser żółty (40g)	mleko
serek PHILADELFA (1szt)	
pomidory (80g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
sałata - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
twaróg (50g)	mleko
obiad	alergeny
zupa rosół drobiowy z makaronem (400ml)	gluten, seler
roladka z drobiu ze szpinakiem (100g)	gluten, mleko
ziemniaki (80g)	
buraki gotowane (120g)	
mizeria z ogórka świeżomleko (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
sok z marchwi (100 ml)	
kolacja	alergeny
szynka z komina (70g)	gluten, gorczyca, mleko, seler, soja
sałatka z selera, kukurydzy i jabłek z jogurtem (100g)	mleko, seler
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
truskawki (120g)	

PN

PN	alergeny
jogurt naturalny (1 szt)	mleko
Wartość energetyczna: 2378 kcal	
Białka: 113,82 g	
Tłuszcze: 87,74 g	
Węglowodany: 214,91 g	
Błonnik: 40,71 g	

2026-06-05

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
kefir 150g (1szt)	
obiad	alergeny
zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami (400ml)	seler
ryba pieczona w jarzynach ryby (110g ryba/80g jarzy)	
ziemniaki (80g)	
surówka z kapusty kiszonej (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
budyń (100g)	gluten, jaja, mleko
kolacja	alergeny
Ryż brązowy ze śliwkami (150g)	
kiełbasa krakowska (30g)	soja
rzodkiewka (50g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
jabłko deserowe (1 szt)	

Wartość energetyczna: 1889 kcal
Białka: 84,1 g
Tłuszcze: 69,31 g
Węglowodany: 230,42 g
Błonnik: 35,43 g

2026-06-06

śniadanie	alergeny
serek wiejski (1szt)	
szynka konserwowa (50g)	gluten, gorczyca, mleko, seler, soja
surówka wiosenna (70g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
marchew - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
twaróg (50g)	mleko
obiad	alergeny
zupa krupnik z kaszy jaglanej (400ml)	seler
bitka z szynki duszona w sosie potrawkowym (70g)	gluten, mleko
ziemniaki (80g)	
surówka z kalarepy i jabłek (100g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
Koktajl pomidorowy (180 ml)	mleko
kolacja	alergeny
pasztet z kaszy gryczanej z mięsem i warzywami (110g)	gluten, jaja
sos jogurtowy z czosnkiem (15g)	gorczyca, jaja, mleko
ser Deliser- plastry (35g/ 2mleko szt)	mleko
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko

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

Jadłospis od dnia: 2026-05-30 do dnia: 2026-06-08

Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

herbata ex (250ml)

PN | *alergeny*

serek PHILADELFIA
(1szt)

Wartość energetyczna: 2035 kcal

Białka: 106,4 g

Tłuszcze: 89,1 g

Węglowodany: 213,13 g

Błonnik: 27,23 g

2026-06-07

śniadanie | *alergeny*

schab cygański okopcony
(40g)

połędwica wiśniowa (40g)

serek tartar (20g) mleko

sałatka z pomidorów (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 koperkowa
zabielana z makaronem
(400ml) gluten, mleko,
seler

schab duszony z
morelami (70g) dwutlenek siarki,
gluten, orzechy,
sezam, soja

ziemniaki (80g)

surówka z marchwi z
chrzanem (90g) dwutlenek siarki,
mleko

brukselka z masłem (60g) gluten, soja

kompot wielowocowy
(220ml)

przyprawy () jaja, mleko,
seler, soja

podwieczorek | *alergeny*

sałatka owocowa (50g)

kolacja | *alergeny*

szynka gotowana (70g) gluten, soja

sałatka jarzynowa z
olejem (180g) jaja, seler

pieczywo razowe (80g) gluten, sezam,
soja

mleko

masło (10g)

herbata ex (250ml)

truskawki (120g)

PN | *alergeny*

kefir 150g (1szt)

Wartość energetyczna: 2217 kcal

Białka: 96,62 g

Tłuszcze: 80,56 g

Węglowodany: 201,82 g

Błonnik: 32,68 g

2026-06-08

śniadanie | *alergeny*

tuńczyk w oleju (50g)

schab drobiowy z
majerankiem (30g) gluten, mleko,
soja

surówka z selera

naciowego i ogórków

zielonych (70g)

pieczywo razowe (80g) gluten, sezam,
soja

mleko

masło (20g)

herbata ex (250ml)

sałata - dekoracja (20g)

marchew - dekoracja

(20g)

II śniadanie | *alergeny*

jogurt naturalny (1 szt) mleko

obiad | *alergeny*

zupa z marchwi z
grzankami (400) gluten, mleko,
seler

pulpet mięsny w sosie
pietruszkowym (100g) gluten, jaja,
mleko

ziemniaki (80g)

sałata z jogurtem (50g) mleko

kompot wielowocowy

(220ml)

przyprawy ()

jaja, mleko,
seler, soja

podwieczorek | *alergeny*

kisiel z jabłkami (200g)

kolacja | *alergeny*

pasta warzywna z

ciecierzycą (80g)

kielbasa borowiaka (50g) gluten,
gorczyca, soja

pieczywo razowe (80g) gluten, sezam,
soja

mleko

masło (10g)

herbata ex (250ml)

jabłko deserowe (1 szt)

PN | *alergeny*

serek PHILADELFIA
(1szt)

Wartość energetyczna: 1626 kcal

Białka: 75,72 g

Tłuszcze: 70,48 g

Węglowodany: 178,74 g

Błonnik: 26,24 g