

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

Jadłospis od dnia: 2026-06-09 do dnia: 2026-06-18

### Zestaw posiłków: Ogólna

#### 2026-06-09

śniadanie	alergeny
twarożek z zieloną (90g)	mleko
kielbasa szynkowa (40g)	gorczyca, 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 ogórkowa z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
bitka drobiowa duszona (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka z kapusty pekińskiej (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ( )	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
makaron z truskawkami (150g)	gluten
ogonówka (40g)	gluten, soja
rzodkiewka (50g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 2677 kcal  
Białka: 100,71 g  
Tłuszcze: 75,73 g  
Węglowodany: 342,84 g  
Błonnik: 28,13 g

#### 2026-06-10

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki owsiane (350ml)	gluten, mleko
pasztetowa (50g)	gluten, gorczyca, seler, soja
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 szpinakowa z jajkiem (400ml)	gluten, jaja, mleko, seler
roladka ze schabu z jarzynami (100g)	gluten
ziemniaki (120g)	
mizeria z ogórka świeżego (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ( )	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka z ryby pieczonej z warzywami i olejem (100g)	ryby
południca drobiowa (50g)	gluten, mleko, soja
sałata vinagret (30g)	gorczyca
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
jogurt owocowy (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 2451 kcal  
Białka: 155,78 g  
Tłuszcze: 87,68 g  
Węglowodany: 292,92 g  
Błonnik: 27,37 g

#### 2026-06-11

śniadanie	alergeny
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	alergeny
zupa pieczarkowa z kaszą (400ml)	gluten, mleko, seler
udko drobiowe pieczone (1 szt)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
ziemniaki (120g)	
marchew oprószana (130g)	gluten
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ( )	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
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	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

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

**Jadłospis od dnia: 2026-06-09 do dnia: 2026-06-18**

**Zestaw posiłków: Ogólna**

**Wartość energetyczna: 2950 kcal**  
**Białka: 138,6 g**  
**Tłuszcze: 126,86 g**  
**Węglowodany: 304,1 g**  
**Błonnik: 34,07 g**

**2026-06-12**

<b>śniadanie</b>	<b>alergeny</b>
zupa mleczna - zacierka na mleku (350ml)	gluten, jaja, mleko
jajko mollet ( 2 szt)	jaja
szczypior w majonezie (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)	
<b>obiad</b>	<b>alergeny</b>
zupa grochowa z ziemniakami (400ml)	gluten, seler
ryba pieczona w sosie maślano cytrynowym (100g)	gluten, mleko, ryby
ziemniaki (120g)	
surówka z czerwonej kapusty (110 g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ( )	jaja, mleko, seler, soja
<b>kolacja</b>	<b>alergeny</b>
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)	
<b>PN</b>	<b>alergeny</b>
serek PHILADELFA (1szt)	

**Wartość energetyczna: 3229 kcal**  
**Białka: 134,16 g**  
**Tłuszcze: 111,52 g**  
**Węglowodany: 411,86 g**  
**Błonnik: 38,31 g**

**2026-06-13**

<b>śniadanie</b>	<b>alergeny</b>
twaróg (90g)	mleko
połędwica sopocka (40g)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
surówka letnia (70g)	mleko
pieczywo mieszane (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
marchew - dekoracja (20g)	
<b>obiad</b>	<b>alergeny</b>
zupa pejszanka (400ml)	seler
szynka wieprzowa	gluten
duszona z jabłkami (70g)	
ziemniaki (120g)	
surówka wielowarzywna (zawiera seler) (100g)	mleko, seler
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ( )	jaja, mleko, seler, soja
<b>kolacja</b>	<b>alergeny</b>
kaszanka zapiekana z cebulą (1 szt)	gluten, gorczyca
musztarda (20g)	gorczyca
ser Deliser- plastry (35g/ 2 szt)	mleko
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
<b>PN</b>	<b>alergeny</b>
jabłko deserowe (1 szt)	

**Wartość energetyczna: 2519 kcal**  
**Białka: 113,42 g**  
**Tłuszcze: 90,8 g**  
**Węglowodany: 318,45 g**  
**Błonnik: 38,41 g**

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

Jadłospis od dnia: 2026-06-09 do dnia: 2026-06-18

Zestaw posiłków: Ogólna

2026-06-14

śniadanie	alergeny
salami (40g)	
galantyna z drobiu (40g)	gluten, jaja, mleko, seler
ser topiony (17,5g)	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 rosół drobiowy z makaronem (400ml)	gluten, seler
bitka z karkówki w sosie myśliwskim (70g)	gluten, gorczyca
ziemniaki (120g)	
surówka z marchwi i porów (100g)	mleko
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: 2769 kcal  
Białka: 105,1 g  
Tłuszcze: 103,38 g  
Węglowodany: 327,37 g  
Błonnik: 36,11 g

2026-06-15

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki kukurydziane (350ml)	mleko
pastą z twarogu i wędliny (60g)	mleko
południczanka z warzywami (40g)	gluten, gorczyca, 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
żurek zabieleny (400ml)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
gołąbki z mięsa i ryżu w sosie pomidorowym (190g)	gluten, mleko
ziemniaki (120g)	
sałata z jogurtem (50g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka z tuńczykiem (100g)	
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 almette (1 szt)
Wartość energetyczna: 2611 kcal Białka: 98,25 g Tłuszcze: 88,86 g Węglowodany: 361,99 g Błonnik: 32,48 g

2026-06-16

śniadanie	alergeny
serek homogenizowany smakowy (150g/1 szt)	mleko
ogonówka (40g)	gluten, soja
jajko gotowane (1 szt)	jaja
kabanosy (20g)	gluten, gorczyca, mleko, orzechy, seler, soja
sałata lodowa z pomidorami, fetą i oliwkami (80g)	mleko
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kawa zbożowa mleczna (250ml)	gluten, mleko
dżem (30g)	
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa jarzynowa zabieleny (400ml)	gluten, mleko, seler
naleśniki z twarogiem z jogurtem i brzoskwinia (2 szt/280g)	dwutlenek siarki, gluten, jaja, mleko, orzechy, sezam, soja
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
wątroba drobiowa z cebulą (może zawierać mąkę pszenną) (130g)	gluten
ser topiony w plastrach (32g/ 2 szt)	mleko
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	

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

Jadłospis od dnia: 2026-06-09 do dnia: 2026-06-18

Zestaw posiłków: Ogólna

PN	alergeny
serek PHILADELFIA (1szt)	
<b>Wartość energetyczna: 3053 kcal</b> <b>Białka: 139,28 g</b> <b>Tłuszcze: 115,49 g</b> <b>Węglowodany: 360,99 g</b> <b>Błonnik: 24,5 g</b>	
<b>2026-06-17</b>	
<b>śniadanie</b>	<b>alergeny</b>
zupa mleczna - płatki kukurydziane (350ml)	mleko
pasta z ryby (70g)	gorczyca, jaja, ryby
kielbasa rawska (50g)	soja
kielki warzyw (10g)	
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
sałata - dekoracja (20g)	
marchew - dekoracja (20g)	
<b>obiad</b>	<b>alergeny</b>
zupa śliwkowa z makaronem (400ml)	gluten, mleko
kotlet schabowy (130g)	gluten, jaja, mleko, soja
ziemniaki (120g)	
kapusta biała duszona (150g)	soja
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
<b>kolacja</b>	<b>alergeny</b>
sałatka gyros (120g)	gorczyca, jaja
polędwica wiśniowa (50g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
<b>PN</b>	<b>alergeny</b>
jabłko deserowe (1 szt)	

**Wartość energetyczna: 2846 kcal**  
**Białka: 118,42 g**  
**Tłuszcze: 106,86 g**  
**Węglowodany: 359,57 g**  
**Błonnik: 32,06 g**

2026-06-18	alergeny
<b>śniadanie</b>	<b>alergeny</b>
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)	
<b>obiad</b>	<b>alergeny</b>
zupa porowa z grzankami (400ml)	gluten, mleko
bitka drobiowa duszona (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka z marchwi (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
<b>kolacja</b>	<b>alergeny</b>
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)	
<b>PN</b>	<b>alergeny</b>
serek PHILADELFIA (1szt)	

**Wartość energetyczna: 2080 kcal**  
**Białka: 100,69 g**  
**Tłuszcze: 71,94 g**  
**Węglowodany: 268,43 g**  
**Błonnik: 26,93 g**

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

Jadłospis od dnia: 2026-06-09 do dnia: 2026-06-18

Zestaw posiłków: Lekkostrawna

### 2026-06-09

śniadanie	alergeny
twarożek z zieleniną (90g)	mleko
kielbasa szynkówka (40g)	gorczyca, 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 ogórkowa z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
bitka drobiowa duszona (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka z kapusty pekińskiej (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ( )	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
makaron z truskawkami (150g)	gluten
ogonówka (40g)	gluten, soja
rzodkiewka (50g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 2677 kcal  
Białka: 100,71 g  
Tłuszcze: 75,73 g  
Węglowodany: 342,84 g  
Błonnik: 28,13 g

### 2026-06-10

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki owsiane (350ml)	gluten, mleko
pasztetowa (50g)	gluten, gorczyca, seler, soja
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 szpinakowa z jajkiem (400ml)	gluten, jaja, mleko, seler
roladka ze schabu z jarzynami (100g)	gluten
ziemniaki (120g)	
mizeria z ogórka świeżego (100g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ( )	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka z ryby pieczonej z warzywami i olejem (100g)	ryby
połędwica drobiowa (50g)	gluten, mleko, soja
sałata vinegret (30g)	gorczyca
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
jogurt owocowy (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 2451 kcal  
Białka: 155,78 g  
Tłuszcze: 87,68 g  
Węglowodany: 292,92 g  
Błonnik: 27,37 g

### 2026-06-11

śniadanie	alergeny
szynka biesiadna (60g)	
serek PHILADELFA (1szt)	
pomidory w jogurcie (80g)	mleko
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kakao na mleku (250 ml)	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
ziemniaki (120g)	
marchew oprószana (130g)	gluten
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)	
jabłko pieczone (1 szt/140g)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

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

**Jadłospis od dnia: 2026-06-09 do dnia: 2026-06-18**

**Zestaw posiłków: Lekkostrawna**

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

**2026-06-12**

**śniadanie** | *alergeny*

zupa mleczna - zacierka na mleku (350ml) | gluten, jaja, 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 (400ml)

dżem (30g)

sałata - dekoracja (20g)

**obiad** | *alergeny*

zupa z zielonego groszku z ziemniakami (400ml) | gluten, mleko, seler

ryba pieczona w sosie maślano cytrynowym (100g) | gluten, mleko, ryby

ziemniaki (120g)

surówka z kapusty białej (110g) | seler

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)

kefir 150g (1szt)

**PN** | *alergeny*

serek PHILADELFIA (1szt)

**Wartość energetyczna: 2665 kcal**  
**Białka: 117,13 g**  
**Tłuszcze: 108,85 g**  
**Węglowodany: 305,29 g**  
**Błonnik: 29,29 g**

**2026-06-13**

**śniadanie** | *alergeny*

twaróg (90g) | mleko  
połędwica sopocka (40g) | gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja

surówka letnia (70g) | mleko  
pieczywo mieszane (130 g) | gluten, jaja, sezam, soja

masło (20g) | mleko

herbata ex (250ml)

dżem (30g)

marchew - dekoracja (20g)

**obiad** | *alergeny*

zupa pejszanka (400ml) | seler

szynka wieprzowa | gluten

duszona z jabłkami (70g)

ziemniaki (120g)

surówka wielowarzywna (zawiera seler) (100g) | mleko, seler

kompot wieloowocowy (220ml)

przyprawy () | jaja, mleko, seler, soja

**kolacja** | *alergeny*

kielbasa parówkowa na gorąco (1 szt/90g) | gluten, soja

sos ketchup (20g) | gorczyca

ser Deliser- plastry (35g/ 2mleko szt)

ogórek kiszony (80g)

pieczywo mieszane (100g) | gluten, sezam, soja

masło (10g) | mleko

herbata ex (250ml)

**PN** | *alergeny*

jabłko deserowe (1 szt)

**Wartość energetyczna: 2488 kcal**  
**Białka: 104,41 g**  
**Tłuszcze: 91,5 g**  
**Węglowodany: 307,59 g**  
**Błonnik: 36,41 g**

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

Jadłospis od dnia: 2026-06-09 do dnia: 2026-06-18

Zestaw posiłków: Lekkostrawna

**2026-06-14**

śniadanie	alergeny
salami (40g)	
galantyna z drobiu (40g)	gluten, jaja, mleko, seler
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 rosół drobiowy z makaronem (400ml)	gluten, seler
bitka ze schabu duszona (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka z marchwi i porów (100g)	mleko
kalafior z masłem mrożony (60g)	gluten, soja
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 (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
babka piaskowa (50g)	gluten, jaja
PN	alergeny
jogurt owocowy (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 2504 kcal  
Białka: 106,09 g  
Tłuszcz: 84,96 g  
Węglowodany: 315,24 g  
Błonnik: 31,99 g

**2026-06-15**

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki kukurydziane (350ml)	mleko
pasta z twarogu i wędliny (60g)	mleko
południczanka z warzywami (40g)	gluten, gorczyca, 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 żurek zabieleny (400ml)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
risotto mięsno-jarzynowe w sosie pomidorowym (150g)	gluten, mleko, seler
ziemniaki (120g)	
sałata z jogurtem (50g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka z tuńczykiem (100g)	
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 almette (1 szt)
Wartość energetyczna: 2496 kcal
Białka: 93,48 g
Tłuszcz: 80,63 g
Węglowodany: 352,9 g
Błonnik: 29,48 g

**2026-06-16**

śniadanie	alergeny
serek homogenizowany smakowy (150g/1 szt)	mleko
ogonówka (40g)	gluten, soja
jajko gotowane (1 szt)	jaja
kabanosy (20g)	gluten, gorczyca, mleko, orzechy, seler, soja
sałata lodowa z pomidorami, fetą i oliwkami (80g)	mleko
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kawa zbożowa mleczna (250ml)	gluten, mleko
dżem (30g)	
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa jarzynowa zabieleny (400ml)	gluten, mleko, seler
naleśniki z twarogiem z jogurtem i brzoskwinia (2 szt/280g)	dwutlenek siarki, gluten, jaja, mleko, orzechy, sezam, soja
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
wątroba drobiowa z jabłkami (130g)	gluten
ser Deliser- plastry (35g/ 2mleko szt)	
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
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: 2026-06-09 do dnia: 2026-06-18**  
**Zestaw posiłków: Lekkostrawna**

serek PHILADELFIA  
(1szt)

**Wartość energetyczna: 2939 kcal**  
**Białka: 134,44 g**  
**Tłuszcze: 104,25 g**  
**Węglowodany: 362,2 g**  
**Błonnik: 24,45 g**

**2026-06-17**

<b>śniadanie</b>	<b>alergeny</b>
zupa mleczna - płatki kukurydziane (350ml)	mleko
pastą z ryby (70g)	gorczyca, jaja, ryby
kielbasa rawska (50g)	soja
kiełki warzyw (10g)	
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
sałata - dekoracja (20g)	
marchew - dekoracja (20g)	
<b>obiad</b>	<b>alergeny</b>
zupa śliwkowa z makaronem (400ml)	gluten, mleko
schab duszony w sosie własnym (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
warzywa na parze (150g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
<b>kolacja</b>	<b>alergeny</b>
sałatka gyros (120g)	gorczyca, jaja
połędwica wiśniowa (50g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
<b>PN</b>	<b>alergeny</b>
jabłko deserowe (1 szt)	

**Wartość energetyczna: 2430 kcal**  
**Białka: 113,31 g**  
**Tłuszcze: 73 g**  
**Węglowodany: 334,51 g**  
**Błonnik: 26,26 g**

**2026-06-18**

<b>śniadanie</b>	<b>alergeny</b>
twaróg (90g)	mleko
mielonka (40g)	gluten, soja
pomidory w jogurcie (80g)	mleko
pieczywo mieszane (400ml)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kakao na mleku (250 ml)	mleko
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
<b>obiad</b>	<b>alergeny</b>
zupa porowa z grzankami (400ml)	gluten, mleko
bitka drobiowa duszona (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka z marchwi (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
<b>kolacja</b>	<b>alergeny</b>
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)	
<b>PN</b>	<b>alergeny</b>
serek PHILADELFIA (1szt)	

**Wartość energetyczna: 2066 kcal**  
**Białka: 100,6 g**  
**Tłuszcze: 70,57 g**  
**Węglowodany: 267,96 g**  
**Błonnik: 26,78 g**

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

Jadłospis od dnia: 2026-06-09 do dnia: 2026-06-18

Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

### 2026-06-09

śniadanie	alergeny
twarożek z zieloną (90g)	mleko
kielbasa szynkowa (40g)	gorczyca, soja
tomat (80g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kawa zbożowa mleczna (250ml)	gluten, mleko
sałata - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
pasztet pieczony (50g)	gluten, gorczyca, seler, soja
obiad	alergeny
zupa ogórkowa z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
bitka drobiowa duszona (70g)	gluten
ziemniaki (80g)	
surówka z kapusty pekińskiej (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ( )	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
koktail pomidorowy (150 ml)	mleko
kolacja	alergeny
makaron razowy z truskawkami (150g)	gluten, mleko
ogonówka (40g)	gluten, soja
rzodkiewka (50g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 2276 kcal  
Białka: 96,05 g  
Tłuszcze: 90,33 g  
Węglowodany: 224,17 g  
Błonnik: 26 g

### 2026-06-10

śniadanie	alergeny
pasztetowa (50g)	gluten, gorczyca, seler, soja
kielbasa żywiecka (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	alergeny
kefir 150g (1szt)	
obiad	alergeny
zupa szpinakowa z jajkiem (400ml)	gluten, jaja, mleko, seler
roladka ze schabu z jarzynami (100g)	gluten
ziemniaki (80g)	
mizeria z ogórka świeżego (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ( )	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
sałatka owocowa (50g)	
kolacja	alergeny
sałatka z ryby pieczonej z warzywami i olejem (100g)	ryby
południca drobiowa (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: 1856 kcal  
Białka: 139,96 g  
Tłuszcze: 83,85 g  
Węglowodany: 179,07 g  
Błonnik: 24,72 g

### 2026-06-11

śniadanie	alergeny
szyńska białkowa (60g)	
serek PHILADELPHIA (1szt)	
tomat 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
ziemniaki (120g)	
surówka z marchwi (100g)	
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

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

**Jadłospis od dnia: 2026-06-09 do dnia: 2026-06-18**

**Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5**

**Wartość energetyczna: 2470 kcal**  
**Białka: 139,9 g**  
**Tłuszcze: 92,44 g**  
**Węglowodany: 261,38 g**  
**Błonnik: 41,07 g**

**2026-06-12**

**śniadanie** | *alergeny*

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  
mleko

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

**II śniadanie** | *alergeny*

jogurt naturalny (1 szt) | mleko

**obiad** | *alergeny*

zupa z zielonego groszku  
z ziemniakami (400ml) | gluten, mleko,  
seler  
ryba pieczona w sosie  
maślano cytrynowym | gluten, mleko,  
ryby

ziemniaki (80g)  
surówka z kapusty białej  
(110g) | seler

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

**podwieczorek** | *alergeny*

kisiel z jabłkami (200g)

**kolacja** | *alergeny*

sałatka grecka (100g)  
kielbasa krakowska (50g) | soja  
pieczywo razowe (80g) | gluten, sezam,  
soja  
mleko

masło (10g)  
herbata ex (250ml)  
kefir 150g (1szt)

**PN** | *alergeny*

serek PHILADELFA  
(1szt)

**Wartość energetyczna: 2142 kcal**  
**Białka: 105,04 g**  
**Tłuszcze: 107,04 g**  
**Węglowodany: 194,53 g**  
**Błonnik: 27,42 g**

**2026-06-13**

**śniadanie** | *alergeny*

twaróg (90g) | mleko  
połędwica sopocka (40g) | gluten,  
gorczyca, jaja,  
mleko, seler,  
soja

surówka letnia (70g) | mleko  
pieczywo razowe (80g) | gluten, sezam,  
soja  
mleko

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

**II śniadanie** | *alergeny*

ser żółty (30g) | mleko

sałata zielona (20g)  
pieczywo razowe (20g) | gluten, sezam,  
soja

**obiad** | *alergeny*

zupa pejszanka (400ml) | seler  
szynka wieprzowa | gluten  
duszona z jabłkami (70g)

ziemniaki (80g)  
surówka wielowarzywna  
(marchew, rzodkiew,  
seler) (100g) | mleko, seler

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

**podwieczorek** | *alergeny*

sok z marchwi (100 ml)

**kolacja** | *alergeny*

kielbasa parówkowa na  
gorąco (1 szt/90g) | gluten, soja  
sos ketchup (20g) | gorczyca

ser Deliser- plastry (35g/ 2  
szt) | mleko  
ogórek kiszony (80g)  
pieczywo razowe (80g) | gluten, sezam,  
soja

masło (10g) | mleko  
herbata ex (250ml)  
**PN** | *alergeny*  
jabłko deserowe (1 szt)

**Wartość energetyczna: 2220 kcal**  
**Białka: 106,68 g**  
**Tłuszcze: 99,44 g**  
**Węglowodany: 216,34 g**  
**Błonnik: 44,58 g**

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

Jadłospis od dnia: 2026-06-09 do dnia: 2026-06-18

Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

**2026-06-14**

śniadanie	alergeny
salami (40g)	
galantyna z drobiu (40g)	gluten, jaja, mleko, seler, mleko
serek tartar (20g)	
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 rosół drobiowy z makaronem (400ml)	gluten, seler
bitka ze schabu duszona (70g)	gluten
ziemniaki (80g)	
surówka z marchwi i porów (100g)	mleko
kalafior z masłem mrożony (60g)	gluten, soja
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ( )	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
sałatka owocowa (50g)	
kolacja	alergeny
szynka starowiejska (70g)	
sałatka włoska z olejem (180g)	jaja, seler
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja, mleko
masło (10g)	
herbata ex (250ml)	
truskawki (120g)	
PN	alergeny
jogurt owocowy (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 2354 kcal  
Białka: 101,91 g  
Tłuszcze: 88,22 g  
Węglowodany: 203,83 g  
Błonnik: 31,27 g

**2026-06-15**

śniadanie	alergeny
pasta z twarogu i wędliny (60g)	mleko
południczanka z warzywami (40g)	gluten, gorczyca, soja, mleko
surówka z selera naciowego i rzepy z jogurtem (70g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja, mleko
masło (20g)	
herbata ex (250ml)	
marchew - dekoracja (20g)	
sałata - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
jogurt naturalny (1 szt)	mleko
obiad	alergeny
zupa żurek zabieleny (400ml)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja, seler
risotto mięsno-jarzynowe w pomidorach (200g)	
ziemniaki (80g)	
sałata z jogurtem (50g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ( )	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
kisiel z jabłkami (200g)	
kolacja	alergeny
sałatka z tuńczykiem (100g)	
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 almette (1 szt)
Wartość energetyczna: 1877 kcal
Białka: 80,18 g
Tłuszcze: 72,53 g
Węglowodany: 231,04 g
Błonnik: 28,96 g

**2026-06-16**

śniadanie	alergeny
ogonówka (40g)	gluten, soja
jajko gotowane (1 szt)	jaja
kabanosy (20g)	gluten, gorczyca, mleko, orzechy, seler, soja, mleko
sałata lodowa z pomidorami, fetą i oliwkami (80g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja, mleko
masło (20g)	
kawa zbożowa mleczna (250ml)	gluten, mleko
marchew - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
serek homogenizowany naturalny (150g/1 szt)	mleko
obiad	alergeny
zupa jarzynowa zabieleny (400ml)	gluten, mleko, seler
naleśniki z twarogiem i sosem jogurtowym (2 szt/280g)	gluten, jaja, mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ( )	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
sok z buraka (100 ml)	
kolacja	alergeny
wątroba drobiowa z jabłkami (130g)	gluten
ser Deliser- plastry (35g/ 2mleko szt)	
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja, mleko
masło (10g)	
herbata ex (250ml)	

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

Jadłospis od dnia: 2026-06-09 do dnia: 2026-06-18

Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

**PN** | *alergeny*

serek PHILADELFIA  
(1szt)

**Wartość energetyczna: 2557 kcal**

**Białka: 133,94 g**

**Tłuszcze: 105,88 g**

**Węglowodany: 269,49 g**

**Błonnik: 31,88 g**

**2026-06-17**

**śniadanie** | *alergeny*

pasta z ryby (70g) | gorczyca, jaja,  
ryby  
soja

kielbasa rawska (50g)  
kielki warzyw (10g)  
pieczywo razowe (80g) | gluten, sezam,  
soja  
mleko

masło (20g)  
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 | gluten

własnym (70g)

ziemniaki (80g)

warzywa na parze (150g) | mleko

kompot wieloowocowy  
(220ml)

przyprawy () | jaja, mleko,  
seler, soja

**podwieczorek** | *alergeny*

budyń (100g) | gluten, jaja,  
mleko

**kolacja** | *alergeny*

sałatka gyros (120g) | gorczyca, jaja

połędwica wiśniowa (50g)

pieczywo razowe (80g) | gluten, sezam,  
soja  
mleko

masło (10g)

herbata ex (250ml)

**PN** | *alergeny*

jabłko deserowe (1 szt)

**Wartość energetyczna: 1961 kcal**

**Białka: 104,42 g**

**Tłuszcze: 72,04 g**

**Węglowodany: 230,58 g**

**Błonnik: 22,12 g**

**2026-06-18**

**śniadanie** | *alergeny*

twaróg (90g) | mleko  
mielonka (40g) | gluten, soja  
pomidory w jogurcie (80g) | mleko  
pieczywo razowe (80g) | gluten, sezam,  
soja  
mleko

masło (20g) | mleko  
Kakao na mleku (250ml) | mleko  
sałata - dekoracja (20g)

**II śniadanie** | *alergeny*

pasta z wędliny i warzyw  
(50g) | gorczyca, jaja,  
seler, soja

**obiad** | *alergeny*

zupa porowa z grzankami  
(400ml) | gluten, mleko

bitka drobiowa duszona | gluten  
(70g)

ziemniaki (80g)

surówka z marchwi (100g)

kompot wieloowocowy  
(220ml)

przyprawy () | jaja, mleko,  
seler, soja

**podwieczorek** | *alergeny*

jogurt naturalny (1 szt) | mleko

**kolacja** | *alergeny*

sałatka z brokuła (100g) | jaja, mleko

szynka konserwowa (50g) | gluten,  
gorczyca,  
mleko, seler,  
soja

pieczywo razowe (80g) | gluten, sezam,  
soja  
mleko

masło (10g)

herbata ex (250ml)

**PN** | *alergeny*

serek PHILADELFIA  
(1szt)

**Wartość energetyczna: 1780 kcal**

**Białka: 105,75 g**

**Tłuszcze: 84,47 g**

**Węglowodany: 163,28 g**

**Błonnik: 24,17 g**