

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

Jadłospis od dnia: 2026-06-19 do dnia: 2026-06-28
Zestaw posiłków: Ogólna

2026-06-19

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - kasza jęczmienna (350ml)	gluten, mleko
jajko gotowane (1 szt)	jaja
schab drobiowy z majerankiem (40g)	gluten, mleko, 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 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	alergeny
sałatka grecka (100g)	
kiełbasa krakowska (50g)	soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 2411 kcal
Białka: 92,12 g
Tłuszcze: 84,13 g
Węglowodany: 314,35 g
Błonnik: 35,75 g

2026-06-20

śniadanie	alergeny
twarożek z zieleniną (90g)	mleko
kiełbasa szynkowa (40g)	gluten, soja
surówka wiosenna (70g)	
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa grysikowa (400ml)	gluten, seler
bitka z szynki wieprzowej (400ml)	gluten
duszona (400ml)	
ziemniaki (120g)	
surówka warzywna (120g)	gorczyca, seler
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
parówki wiedeńskie na gorąco (2 szt)	gluten, soja
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)	
PN	alergeny
serek kanapkowy (1szt)	

Wartość energetyczna: 2387 kcal
Białka: 101,29 g
Tłuszcze: 98,58 g
Węglowodany: 272,23 g
Błonnik: 26,28 g

2026-06-21

śniadanie	alergeny
rolada schabowa (40g)	mleko, soja
kurczak gotowany (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	alergeny
zupa pomidorowa z ryżem (400ml)	gluten, mleko, seler
schab duszony w sosie jarzynowym (70g)	gluten, seler
ziemniaki (120g)	
surówka z marchwi i jabłka (90g)	
fasolka szparagowa z masłem mrożona (60g)	gluten, soja
kompot wieloowocowy (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)	
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: 2026-06-19 do dnia: 2026-06-28
Zestaw posiłków: Ogólna

Wartość energetyczna: 2574 kcal
Białka: 105,74 g
Tłuszcze: 84,39 g
Węglowodany: 346,27 g
Błonnik: 40,61 g

2026-06-22	
śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki kukurydziane (350ml)	mleko
tuńczyk w oleju (50g)	
polędwica drobiowa (30g)	gluten, mleko, soja
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)	
sałata - dekoracja (20g)	
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa zacierka kujawska (400ml)	gluten, jaja, seler
kotlet mielony (100g)	gluten, jaja, soja
ziemniaki (120g)	
mizeria z ogórka świeżego (100g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka z fasoli , pomidorów, porów, pieczarek i zieleniny (100g)	gorczyca, 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: 2401 kcal
Białka: 119,17 g
Tłuszcze: 83,09 g
Węglowodany: 313,83 g
Błonnik: 29,97 g

2026-06-23	
śniadanie	alergeny
serek wiejski (1szt)	
kielbasa szynkówka (50g)	gorczyca, soja
surówka letnia (70g)	mleko
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (400ml)	mleko
kawa zbożowa mleczna (250ml)	gluten, mleko
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa z dyni z grzankami (400ml)	gluten, mleko, seler
filet z kurczaka duszony (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka z selera (90g)	mleko, seler
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
zapiekanka z ryżu twarogu (150g)	jaja, mleko
polędwica sopocka (30g)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
rzodkiewka (50g)	
PN	alergeny
jabłko deserowe (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2453 kcal
Białka: 112,86 g
Tłuszcze: 75,46 g
Węglowodany: 346,56 g
Błonnik: 29,41 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-06-19 do dnia: 2026-06-28
Zestaw posiłków: Ogólna

2026-06-24	
śniadanie	alergeny
zupa mleczna - makaron (350ml)	gluten, mleko
pasztetowa (50g)	gluten, gorczyca, seler, soja
kiełbasa żywiecka (30g)	soja
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 ziemniaczana zabiłana (400ml)	gluten, mleko, seler
gulasz mięsny wieprzowy z jarzynami (65g/200ml)	gluten, seler
kasza gryczana (100g)	
sałata z jogurtem (50g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
pasta z ryby (70g)	gorczyca, jaja, ryby
schab drobiowy z majerankiem (30g)	gluten, mleko, soja
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 2446 kcal
Białka: 98,57 g
Tłuszcze: 97,34 g
Węglowodany: 303,11 g
Błonnik: 24,86 g

2026-06-25	
śniadanie	alergeny
twaróg (90g)	mleko
pieczeń wiejska (40g)	dwutlenek siarki, 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	alergeny
zupa kalafiorowa z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
roladka z drobiu ze szpinakiem (100g)	gluten, mleko
ziemniaki (120g)	
buraki saute (120g)	gluten
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka z sera żółtego i kapusty pekińskiej (110g)	gorczyca, jaja, mleko
łopatka prasowana (50g)	gluten, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
jabłko deserowe (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2564 kcal
Białka: 115,35 g
Tłuszcze: 93,18 g
Węglowodany: 325,13 g
Błonnik: 38,73 g

2026-06-26	
śniadanie	alergeny
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	alergeny
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	alergeny
makaron z truskawkami (150g)	gluten
kiełbasa krakowska (30g)	soja
sałata vinegret (30g)	gorczyca
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
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: 2026-06-19 do dnia: 2026-06-28
Zestaw posiłków: Ogólna

Wartość energetyczna: 3610 kcal
Białka: 120,44 g
Tłuszcze: 129,14 g
Węglowodany: 398,13 g
Błonnik: 45,42 g

2026-06-27	
śniadanie	alergeny
twarożek z koprem (90g)	mleko
ogonówka (40g)	gluten, soja
surówka z rzodkwi białej (80g)	mleko
pieczywo mieszane (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa pejszanka (400ml)	seler
bitka z szynki w sosie węgierskim (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka wielowarzywna z seler czarną rzepą (100g)	
kompot wielowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
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/ 2 szt)	mleko
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
jabłko deserowe (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2623 kcal
Białka: 107 g
Tłuszcze: 88,68 g
Węglowodany: 331,39 g
Błonnik: 40,18 g

2026-06-28	
śniadanie	alergeny
schab cygański okopcony (40g)	
połędwica wiśniowa (40g)	
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 koperkowa	gluten, mleko,
zabielana z makaronem (400ml)	seler
karkówka duszona po staropolsku (80g)	dwutlenek siarki, gluten
ziemniaki (120g)	
surówka z marchwi z chrzanem (90g)	dwutlenek siarki, mleko
bruselka z masłem (60g)	gluten, soja
kompot wielowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
szynka gotowana (70g)	gluten, soja
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: 2685 kcal
Białka: 98,81 g
Tłuszcze: 93,48 g
Węglowodany: 337,31 g
Błonnik: 36,59 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-06-19 do dnia: 2026-06-28
Zestaw posiłków: Lekkostrawna

2026-06-19

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - kasza jęczmienna (350ml)	gluten, mleko
jajko gotowane (1 szt)	jaja
schab drobiowy z majerankiem (40g)	gluten, mleko, soja
sałatka z ogórka zielonego i kukurydzy (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 kiszonej (100g)	
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)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 2329 kcal
Białka: 88,05 g
Tłuszcze: 82,11 g
Węglowodany: 304,98 g
Błonnik: 31,06 g

2026-06-20

śniadanie	alergeny
twarożek z zieleniną (90g)	mleko
kiełbasa szynkowa (40g)	gluten, soja
surówka wiosenna (70g)	
pieczywo mieszane (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa grysikowa (400ml)	gluten, seler
bitka z szynki wieprzowej duszona (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka warzywna D (120g)	seler
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
parówki wiedeńskie na gorąco (2 szt)	gluten, soja
sos ketchup (20g)	gorczyca
ser Deliser- plastry (35g/ 2 szt)	mleko
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek kanapkowy (1szt)	

Wartość energetyczna: 2402 kcal
Białka: 100,61 g
Tłuszcze: 99,4 g
Węglowodany: 275,05 g
Błonnik: 26,48 g

2026-06-21

śniadanie	alergeny
rolada schabowa (40g)	mleko, soja
kurczak gotowany (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 pomidorowa z ryżem (400ml)	gluten, mleko, seler
schab duszony w sosie jarzynowym (70g)	gluten, seler
ziemniaki (120g)	
surówka z marchwi i jabłka (90g)	
fasolka szparagowa z masłem mrożona (60g)	gluten, soja
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
szynka z komina (70g)	gluten, gorczyca, mleko, seler, soja
	jaja, seler
sałatka jarzynowa z olejem (180g)	
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: 2026-06-19 do dnia: 2026-06-28
Zestaw posiłków: Lekkostrawna

Wartość energetyczna: 2482 kcal
Białka: 100,56 g
Tłuszcze: 78,69 g
Węglowodany: 341,73 g
Błonnik: 38,45 g

2026-06-22	
śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki kukurydziane (350ml)	mleko
tuńczyk w oleju (50g)	
połędwica drobiowa (30g)	gluten, mleko, soja
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)	
sałata - dekoracja (20g)	
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa zacierka (400ml)	gluten, jaja, seler
pulpet mięsny w sosie pietruszkowym (100g)	gluten, jaja, mleko
ziemniaki (120g)	
mizéria z ogórka świeżego (100g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka z jajek, ciecierzycy i ogórków kiszonych z sosem majonezowo - jogurtowym (100g)	dwutlenek siarki, gorczyca, jaja, mleko
kiełbasa 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: 2314 kcal
Białka: 121,49 g
Tłuszcze: 71,18 g
Węglowodany: 318,9 g
Błonnik: 26,7 g

2026-06-23	
śniadanie	alergeny
serek wiejski (1szt)	
kiełbasa szynkówka (50g)	gorczyca, soja
surówka letnia (70g)	mleko
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (400ml)	mleko
kawa zbożowa mleczna (250ml)	gluten, mleko
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa z dyni z grzankami (400ml)	gluten, mleko, seler
filet z kurczaka duszony (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka z selera (90g)	mleko, seler
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
zapiekanka z ryżu twarogu (150g)	jaja, mleko
połędwica sopocka (30g)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
rzodkiewka (50g)	
PN	alergeny
jabłko deserowe (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2453 kcal
Białka: 112,86 g
Tłuszcze: 75,46 g
Węglowodany: 346,56 g
Błonnik: 29,41 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-06-19 do dnia: 2026-06-28
Zestaw posiłków: Lekkostrawna

2026-06-24	
śniadanie	alergeny
zupa mleczna - makaron (350ml)	gluten, mleko
pasztetowa (50g)	gluten, gorczyca, seler, soja
kielbasa żywiecka (30g)	soja
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 ziemniaczana zabieleną (400ml)	gluten, mleko, seler
gulasz mięsny wieprzowy z jarzynami (65g/200ml)	gluten, seler
kasza gryczana (100g)	
sałata z jogurtem (50g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
pasta z ryby (70g)	gorczyca, jaja, ryby
schab drobiowy z majerankiem (30g)	gluten, mleko, soja
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 2446 kcal
Białka: 98,57 g
Tłuszcze: 97,34 g
Węglowodany: 303,11 g
Błonnik: 24,86 g

2026-06-25	
śniadanie	alergeny
twaróg (90g)	mleko
pieczeń wiejska (40g)	dwutlenek siarki, gluten, soja
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 kalafiorowa z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
roladka z drobiu ze szpinakiem (100g)	
ziemniaki (120g)	
buraki saute (120g)	gluten
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka z sera żółtego i kapusty pekińskiej D (110g)	mleko
łopatka prasowana (50g)	gluten, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
jabłko deserowe (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2412 kcal
Białka: 113,44 g
Tłuszcze: 79,39 g
Węglowodany: 322,07 g
Błonnik: 34,71 g

2026-06-26	
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 (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami (400ml)	seler
ryba pieczona w jarzynach (110g ryba/80g jarzy)	
ziemniaki (120g)	
surówka z kapusty kiszonej (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
makaron z truskawkami (150g)	gluten
kielbasa krakowska (30g)	soja
sałata vinegret (30g)	gorczyca
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
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: 2026-06-19 do dnia: 2026-06-28
Zestaw posiłków: Lekkostrawna

Wartość energetyczna: 2932 kcal
Białka: 107,24 g
Tłuszcze: 84,43 g
Węglowodany: 358 g
Błonnik: 34,54 g

2026-06-27	
śniadanie	alergeny
twarożek z koprem (90g)	mleko
ogonówka (40g)	gluten, soja
surówka z rzodkwi białej (80g)	mleko
pieczywo mieszane (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa pejzanka (400ml)	seler
bitka z szynki w sosie węgierskim (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka wielowarzywna z seler czarną rzepą (100g)	
kompot wielowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
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/ 2 szt)	mleko
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
jabłko deserowe (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2623 kcal
Białka: 107 g
Tłuszcze: 88,68 g
Węglowodany: 331,39 g
Błonnik: 40,18 g

2026-06-28	
śniadanie	alergeny
schab cygański okopcony (40g)	
połędwica wiśniowa (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 koperkowa	gluten, mleko,
zabielana z makaronem (400ml)	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 wielowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
szynka gotowana (70g)	gluten, soja
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: 2382 kcal
Białka: 98,23 g
Tłuszcze: 70,74 g
Węglowodany: 329,05 g
Błonnik: 33,35 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-06-19 do dnia: 2026-06-28
Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

2026-06-19	
śniadanie	alergeny
jajko gotowane (1 szt)	jaja
schab drobiowy z majerankiem (40g)	gluten, mleko, soja
sałatka z ogórka zielonego i kukurydzy (80g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja mleko
masło (20g)	
herbata ex (250ml)	
sałata - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
kefir 150g (1szt)	
obiad	alergeny
zupa barszcz ukraiński (400 ml)	mleko, seler
ryba w sosie koperkowym D (80g)	gluten, mleko, ryby
ziemniaki (80g)	
surówka z kapusty kiszonej (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
jabłko deserowe (1 szt)	
kolacja	alergeny
sałatka grecka (100g)	
kiełbasa krakowska (50g)	soja
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja mleko
masło (10g)	
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 1799 kcal
Białka: 75,59 g
Tłuszcze: 79,33 g
Węglowodany: 196,49 g
Błonnik: 29,46 g

2026-06-20	
śniadanie	alergeny
twarożek z zieleciną (90g)	mleko
kiełbasa szynkowa (40g)	gluten, soja
surówka wiosenna (70g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja mleko
masło (20g)	
herbata ex (250ml)	
marchew - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
południca sopocka (30g)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
sałata zielona (20g)	
pieczywo razowe (20g)	gluten, sezam, soja
obiad	alergeny
zupa grysikowa (400ml)	gluten, seler
bitka z szynki wieprzowej duszona (70g)	gluten
ziemniaki (80g)	
surówka warzywna D (120g)	seler
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
sok z marchwi (100 ml)	
kolacja	alergeny
parówki wiedeńskie na gorąco (2 szt)	gluten, soja
sos ketchup (20g)	gorczyca
ser Deliser- plastry (35g/ 2 szt)	mleko
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja mleko
masło (10g)	

herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek kanapkowy (1szt)	
Wartość energetyczna: 2081 kcal	
Białka: 99,57 g	
Tłuszcze: 100,74 g	
Węglowodany: 188,76 g	
Błonnik: 34,65 g	

2026-06-21	
śniadanie	alergeny
rolada schabowa (40g)	mleko, soja
kurczak gotowany (40g)	
serek tartar (20g)	mleko
sałatka z pomidorów (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 ryżem (400ml)	gluten, mleko, seler
schab duszony w sosie jarzynowym (70g)	gluten, seler
ziemniaki (80g)	
surówka z marchwi i jabłka (90g)	
fasolka szparagowa z masłem mrożona (60g)	gluten, soja
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
sałatka owocowa (50g)	
kolacja	alergeny
szynka z komina (70g)	gluten, gorczyca, mleko, seler, soja
sałatka jarzynowa z olejem (180g)	jaja, seler
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja mleko
masło (10g)	
herbata ex (250ml)	
truskawki (120g)	
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: 2026-06-19 do dnia: 2026-06-28
Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

jogurt naturalny (1 szt) mleko

Wartość energetyczna: 2302 kcal
Białka: 98,52 g
Tłuszcze: 85,15 g
Węglowodany: 219,71 g
Błonnik: 38,23 g

2026-06-22	
śniadanie	alergeny
tuńczyk w oleju (50g)	
połędwica drobiowa (30g)	gluten, mleko, soja, mleko
surówka z selera naciowego i rzodkwi z jogurtem (70g)	
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 zacierka (400ml)	gluten, jaja, seler
pulpet mięsny w sosie pietruszkowym (100g)	gluten, jaja, mleko
ziemniaki (80g)	
mizeria z ogórka świeżego (100g)	mleko
kompot wielowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
kisiel z jabłkami (200g)	
kolacja	alergeny
sałatka z jajek, ciecierzycy i ogórków kiszonych z sosem majonezowo - jogurtowym (100g)	dwutlenek siarki, gorczyca, jaja, mleko
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: 1750 kcal	
Białka: 108,88 g	
Tłuszcze: 67,91 g	
Węglowodany: 200,57 g	
Błonnik: 23,75 g	

2026-06-23	
śniadanie	alergeny
serek wiejski (1szt)	
kielbasa szynkówka (50g)	gorczyca, soja, mleko
surówka letnia (70g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja, mleko
masło (400ml)	
kawa zbożowa mleczna (250ml)	gluten, mleko
sałata - dekoracja (20g)	
marchew - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
szynka konserwowa (30g)	gluten, gorczyca, mleko, seler, soja
sałata zielona (20g)	
pieczywo razowe (20g)	gluten, sezam, soja
obiad	alergeny
zupa z dyni z grzankami (400ml)	gluten, mleko, seler
filet z kurczaka duszony (70g)	gluten
ziemniaki (80g)	
surówka z selera (90g)	mleko, seler
kompot wielowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
budyń (100g)	gluten, jaja, mleko
kolacja	alergeny
zapiekanka z ryżu (150g)	jaja, mleko
połędwica sopocka (30g)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja

pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja, mleko
masło (10g)	
herbata ex (250ml)	
rzodkiewka (50g)	
PN	alergeny
jabłko deserowe (1 szt)	
Wartość energetyczna: 2070 kcal	
Białka: 111,61 g	
Tłuszcze: 77,5 g	
Węglowodany: 248,58 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: 2026-06-19 do dnia: 2026-06-28
Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

2026-06-24

śniadanie	alergeny
pasztetowa (50g)	gluten, gorczyca, seler, soja
kiełbasa żywiecka (30g)	soja
kiełki warzyw (10g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
sałata - dekoracja (20g)	
marchew - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
jogurt naturalny (1 szt)	mleko
obiad	alergeny
zupa ziemniaczana zabieleną (400ml)	gluten, mleko, seler
gulasz mięsny wieprzowy z jarzynami (65g/200ml)	gluten, seler
kasza gryczana (80g)	
sałata z jogurtem (50g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
sałatka owocowa (50g)	
kolacja	alergeny
pasta z ryby (70g)	gorczyca, jaja, ryby
schab drobiowy z majerankiem (30g)	gluten, mleko, soja
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 1904 kcal
Białka: 84,69 g
Tłuszcze: 96,04 g
Węglowodany: 185,54 g
Błonnik: 21,96 g

2026-06-25

śniadanie	alergeny
twaróg (90g)	mleko
pieczeń wiejska (40g)	dwutlenek siarki, 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	alergeny
parówka (1 szt)	gluten, soja
sałata zielona (20g)	
pieczywo razowe (20g)	gluten, sezam, soja
obiad	alergeny
zupa kalafiorowa z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
roladka z drobiu ze szpinakiem (100g)	gluten, mleko
ziemniaki (80g)	
buraki gotowane (120g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
koktail pomidorowy (150 ml)	mleko
kolacja	alergeny
sałatka z sera żółtego i kapusty pekińskiej D (110g)	mleko
łopatka prasowana (50g)	gluten, soja
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
jabłko deserowe (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2084 kcal
Białka: 111,89 g
Tłuszcze: 90,22 g
Węglowodany: 222,5 g
Błonnik: 33,63 g

2026-06-26

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
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
sok z buraka (100 ml)	
kolacja	alergeny
makaron razowy z truskawkami (150g)	gluten, mleko
kiełbasa krakowska (30g)	soja
sałata vinegret (30g)	gorczyca
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
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: 2026-06-19 do dnia: 2026-06-28
Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

Wartość energetyczna: 2303 kcal
Białka: 91,95 g
Tłuszcze: 84,5 g
Węglowodany: 229,81 g
Błonnik: 35,74 g

2026-06-27	
śniadanie	alergeny
twarożek z koprem (90g)	mleko
ogonówka (40g)	gluten, soja
surówka z rzodkwi białej (80g)	mleko
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
sałata - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
ser żółty (30g)	mleko
sałata zielona (20g)	
pieczywo razowe (20g)	gluten, sezam, soja
obiad	alergeny
zupa pejszanka (400ml)	seler
bitka z szynki w sosie węgierskim (70g)	gluten
ziemniaki (80g)	
surówka wielowarzywna z seler czarną rzepą (100g)	
kompot wielowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
kisiel z jabłkami (200g)	
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/ 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: 2291 kcal	
Białka: 106,39 g	
Tłuszcze: 96,08 g	
Węglowodany: 233,83 g	
Błonnik: 38,85 g	

2026-06-28	
śniadanie	alergeny
schab cygański okopcony (40g)	
połędwica wiśniowa (40g)	
serek Tartar (20g)	mleko
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 koperkowa zabelana 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
koktail pomidorowy (150 ml)	mleko
kolacja	alergeny
szynka gotowana (70g)	gluten, soja
sałatka włoska z olejem (180g)	jaja, seler
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
truskawki (120g)	
PN	alergeny

jogurt naturalny (1 szt) mleko
Wartość energetyczna: 2216 kcal
Białka: 98,18 g
Tłuszcze: 77,74 g
Węglowodany: 208,89 g
Błonnik: 34,1 g