

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

Jadłospis od dnia: 2026-06-29 do dnia: 2026-07-08
Zestaw posiłków: Ogólna

2026-06-29	
śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki kukurydziane (350ml)	mleko
tuńczyk w oleju (50g)	
schab drobiowy z majerankiem (30g)	gluten, mleko, soja
surówka z selera naciowego i kalarepy z rzodkiewką (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 ryżowa (400ml)	seler
łopatka wieprzowa gotowana (80g)	seler
ziemniaki (120g)	
surówka koperkowa (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka z czerwonej fasoli, porów i pieczarek (100g)	gorczyca, jaja
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 PHILADELFIA (1szt)	

Wartość energetyczna: 2302 kcal
Białka: 96,6 g
Tłuszcze: 80,75 g
Węglowodany: 308,01 g
Błonnik: 34,02 g

2026-06-30	
śniadanie	alergeny
twaróg (90g)	mleko
mielonka (40g)	gluten, soja
pomidory (80g)	
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kawa zbożowa mleczna (250ml)	gluten, mleko
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa z cukinii z grzankami (450 ml)	gluten, mleko
sznycel z piersi kurczaka (120g)	gluten, jaja, mleko, soja
ziemniaki (120g)	
mizeria z ogórka świeżego (100g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
szynka w galarecie z 1/2 jajka (70g/25g)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
sos tatarski (120g)	gorczyca, jaja
ser Deliser- plastry (35g/ 2 szt)	mleko
rzodkiewka (50g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek kanapkowy (1szt)	

Wartość energetyczna: 2669 kcal
Białka: 119,33 g
Tłuszcze: 109,77 g
Węglowodany: 306,43 g
Błonnik: 25,03 g

2026-07-01	
śniadanie	alergeny
Zupa mleczna - kasza jaglana (350 ml)	mleko
pasta z mięsa i warzyw (60g)	gorczyca, jaja, seler
kiełbasa rawska (zawiera białko sojowe, mąkę pszenną) (30g)	soja
kiełki warzyw (10g)	
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
sałata - dekoracja (20g)	
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa kapuśniak z kiszonej kapusty (400ml)	seler
zraz zawijany ze schabu (100g)	gluten, gorczyca
ziemniaki (400ml)	
sałata z jogurtem (50g)	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
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
jabłko deserowe (1 szt)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

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

Jadłospis od dnia: 2026-06-29 do dnia: 2026-07-08

Zestaw posiłków: Ogólna

Wartość energetyczna: 2447 kcal
Białka: 153,95 g
Tłuszcze: 94,1 g
Węglowodany: 291,49 g
Błonnik: 28,21 g

2026-07-02

śniadanie	alergeny
ser żółty (40g)	mleko
połudwica sopocka (40g)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
pomidory w śmietanie (80g)	mleko
pieczywo mieszane (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kakao na mleku (250 ml)	mleko
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa barszcz czerwony z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
udko drobiowe pieczone (1 szt)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
ziemniaki (120g)	
sałatka z jabłka i czarnej porzeczki (100g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka ziemniaczana z warzywami (180g)	seler
kielbasa szynkowa (50g)	gluten, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
kefir 150g (1szt)	

Wartość energetyczna: 2850 kcal
Białka: 134,85 g
Tłuszcze: 104,42 g
Węglowodany: 335,58 g
Błonnik: 31,62 g

2026-07-03

śniadanie	<i>alergeny</i>
zupa mleczna - płatki owsiane (350ml)	gluten, mleko
jajko gotowane (1 szt)	jaja
połudwiczanka z warzywami (40g)	gluten, gorczyca, 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	<i>alergeny</i>
zupa z soczewicy i pomidorów (450 ml)	seler
ryba pieczona w sosie maślano cytrynowym (100g)	gluten, mleko, ryby
ziemniaki (120g)	
surówka z kapusty mieszanej (110g)	
kompot wielowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	<i>alergeny</i>
zapiekanka z ryżu z owocami (150g)	mleko
kielbasa krakowska (30g)	soja
sałata vinegret (30g)	gorczyca
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	<i>alergeny</i>
serek PHILADELFIA (1szt)	

Wartość energetyczna: 2747 kcal
Białka: 106,95 g
Tłuszcze: 93,35 g
Węglowodany: 368,98 g
Błonnik: 32,7 g

Jadłospis od dnia: 2026-06-29 do dnia: 2026-07-08
Zestaw posiłków: Ogólna

2026-07-04

śniadanie	alergeny
twarożek z zieleniną (90g)	mleko
pieczeń wiejska (40g)	dwutlenek siarki, gluten, soja
surówka wiosenna (70g)	
pieczywo mieszane (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa brokułowa z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
szynka wieprzowa duszona z jabłkami (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka wielowarzywna (zawiera seler) (100g)	mleko, seler
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
pasta warzywna z ciecierzycą (80g)	
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: 2176 kcal
Białka: 93,6 g
Tłuszcze: 66,94 g
Węglowodany: 289,91 g
Błonnik: 30,48 g

2026-07-05

śniadanie	alergeny
salami (40g)	
galantyna z drobiu (40g)	gluten, jaja, mleko, seler mleko
serek tartar (20g)	
sałatka z pomidorów z cebulą (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
miód naturalny (20g)	
obiad	alergeny
zupa rosół drobiowy z makaronem (400ml)	gluten, seler
bitka ze schabu duszona w sosie pieczarkowym (70g)	gluten, mleko
ziemniaki (120g)	
surówka z marchwi i porów (100g)	mleko
fasolka szparagowa z masłem mrożona (60g)	gluten, soja
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
szynka starowiejska (70g)	
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

Wartość energetyczna: 2571 kcal
Białka: 109,13 g
Tłuszcze: 89,01 g
Węglowodany: 321,62 g
Błonnik: 35,69 g

2026-07-06

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki kukurydziane (350ml)	mleko
pasta z twarogu i wędliny (60g)	mleko
polędwica drobiowa (40g)	gluten, mleko, soja
surówka z selera naciowego i rzodkwi z jogurtem (70g)	mleko
pieczywo mieszane (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
marchew - 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)	gorczyca, jaja
kiełbasa borowiaka (50g)	gluten, gorczyca, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
jabłko deserowe (1 szt)	

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

Jadłospis od dnia: 2026-06-29 do dnia: 2026-07-08
Zestaw posiłków: Ogólna

PN	alergeny
serek almette (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2658 kcal
Białka: 134,52 g
Tłuszcze: 91,61 g
Węglowodany: 361,43 g
Błonnik: 31,64 g

2026-07-07	alergeny
śniadanie	
serek homogenizowany smakowy (150g/1 szt)	mleko
salceson z indyka (40g)	gluten, mleko, soja
jajko gotowane (1 szt)	jaja
kabanosy (20g)	gluten, gorczyca, mleko, orzechy, seler, soja
	mleko
sałata lodowa z pomidorami, fetą i oliwkami (80g)	
pieczywo mieszane (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kawa zbożowa mleczna (250ml)	gluten, mleko
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa włoska zabelana (400ml)	gluten, mleko, seler
naleśniki z twarogiem z sosem jogurtowym z ananasem (2 szt/280g)	dwutlenek siarki, gluten, jaja, mleko, orzechy, sezam, soja
kompot wielowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
bigos z cukinii (180g)	seler
łopatka prasowana (40g)	gluten, soja
rzodkiewka (50g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek PHILADELFIA (1szt)	

Wartość energetyczna: 2733 kcal
Białka: 122,41 g
Tłuszcze: 95,44 g
Węglowodany: 357,01 g
Błonnik: 31,54 g

2026-07-08	alergeny
śniadanie	
zupa mleczna - płatki owsiane (350ml)	gluten, mleko
pasztetowa (50g)	gluten, gorczyca, seler, soja
kielbasa żywiecka (30g)	soja
kielki warzyw (10g)	
pieczywo mieszane (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa śliwkowa z makaronem (400ml)	gluten, mleko
kotlet schabowy (130g)	gluten, jaja, mleko, soja
ziemniaki (120g)	
mizeria z ogórka świeżego (100g)	mleko
woda z cytryną (200 ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
pasta z ryby (70g)	gorczyca, jaja, ryby
schab drobiowy z majerankiem (30g)	gluten, mleko, soja
sałata vinegret (30g)	gorczyca
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek kanapkowy (1szt)	

Wartość energetyczna: 2697 kcal
Białka: 100,06 g
Tłuszcze: 108,23 g
Węglowodany: 325,11 g
Błonnik: 23,8 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-06-29 do dnia: 2026-07-08
Zestaw posiłków: Lekkostrawna

2026-06-29

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki kukurydziane (350ml)	mleko
tuńczyk w oleju (50g)	
schab drobiowy z majerankiem (30g)	gluten, mleko, soja
surówka z selera naciowego i kalarepy z rzodkiewką (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 ryżowa (400ml)	seler
łopatka wieprzowa gotowana (80g)	seler
ziemniaki (120g)	
surówka koperkowa (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka z jajek, ogórków i kukurydzy (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: 2259 kcal
Białka: 97,39 g
Tłuszcze: 76,37 g
Węglowodany: 308,64 g
Błonnik: 30 g

2026-06-30

śniadanie	alergeny
twaróg (90g)	mleko
mielonka (40g)	gluten, soja
pomidory (80g)	
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kawa zbożowa mleczna (250ml)	gluten, mleko
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa z cukinii z grzankami (450 ml)	gluten, mleko
bitka drobiowa duszona (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
mizeria z ogórka świeżego (100g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
szynka w galarecie z 1/2 jajka (70g/25g)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
sos tatarski D (120g)	jaja, mleko
ser Deliser- plastry (35g/ 2 szt)	mleko
rzodkiewka (50g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek kanapkowy (1szt)	

Wartość energetyczna: 2321 kcal
Białka: 118,14 g
Tłuszcze: 77,48 g
Węglowodany: 294,51 g
Błonnik: 25 g

2026-07-01

śniadanie	alergeny
Zupa mleczna - kasza jaglana (350 ml)	mleko
pasta z mięsa i warzyw (60g)	gorczyca, jaja, seler
kiełbasa rawska (zawiera białko sojowe, mąkę pszenną) (30g)	soja
kiełki warzyw (10g)	
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
sałata - dekoracja (20g)	
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa kapuśniak z kiszonej seler kapusty (400ml)	
zraz zawijany ze schabu z warzywami (100g)	gluten, seler
ziemniaki (400ml)	
sałata z jogurtem (50g)	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
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
jabłko deserowe (1 szt)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

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

Jadłospis od dnia: 2026-06-29 do dnia: 2026-07-08

Zestaw posiłków: Lekkostrawna

Wartość energetyczna: 2302 kcal
Białka: 152,43 g
Tłuszcze: 79,06 g
Węglowodany: 290,34 g
Błonnik: 31,06 g

2026-07-02

śniadanie	alergeny
ser żółty (40g)	mleko
południca sopocka (40g)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
pomidory w jogurcie (80g)	mleko
pieczywo mieszane (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kakao na mleku (250 ml)	mleko
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa barszcz czerwony z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
udko drobiowe pieczone (1 szt)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
ziemniaki (120g)	
sałatka z jabłka i czarnej porzeczki (100g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka ziemniaczana z warzywami (180g)	seler
kielbasa szynkowa (50g)	gluten, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
kefir 150g (1szt)	

Wartość energetyczna: 2836 kcal
Białka: 134,77 g
Tłuszcze: 103,04 g
Węglowodany: 335,12 g
Błonnik: 31,47 g

2026-07-03

śniadanie	<i>alergeny</i>
zupa mleczna - płatki owsiane (350ml)	gluten, mleko
jajko gotowane (1 szt)	jaja
połudwiczanka z warzywami (40g)	gluten, gorczyca, 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	<i>alergeny</i>
zupa z soczewicy i pomidorów (450 ml)	seler
ryba pieczona w sosie maślano cytrynowym (100g)	gluten, mleko, ryby
ziemniaki (120g)	
surówka z kapusty mieszanej (110g)	
kompot wielowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	<i>alergeny</i>
zapiekanka z ryżu z owocami (150g)	mleko
kielbasa krakowska (30g)	soja
sałata vinegret (30g)	gorczyca
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	<i>alergeny</i>
serek PHILADELFIA (1szt)	

Wartość energetyczna: 2747 kcal
Białka: 106,95 g
Tłuszcze: 93,35 g
Węglowodany: 368,98 g
Błonnik: 32,7 g

Jadłospis od dnia: 2026-06-29 do dnia: 2026-07-08
Zestaw posiłków: Lekkostrawna

2026-07-04

śniadanie	alergeny
twarożek z zieleniną (90g)	mleko
pieczeń wiejska (40g)	dwutlenek siarki, gluten, soja
surówka wiosenna (70g)	
pieczywo mieszane (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa brokułowa z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
szynka wieprzowa duszona z jabłkami (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka wielowarzywna (zawiera seler) (100g)	mleko, seler
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
pasta warzywna z ciecierzycą (80g)	
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: 2176 kcal
Białka: 93,6 g
Tłuszcze: 66,94 g
Węglowodany: 289,91 g
Błonnik: 30,48 g

2026-07-05

śniadanie	alergeny
salami (40g)	
galantyna z drobiu (40g)	gluten, jaja, mleko, seler mleko
serek tartar (20g)	
pomidory (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
miód naturalny (20g)	
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
fasolka szparagowa z masłem mrożona (60g)	gluten, soja
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
szynka starowiejska (70g)	
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
jogurt owocowy (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 2501 kcal
Białka: 105,89 g
Tłuszcze: 84,96 g
Węglowodany: 316,45 g
Błonnik: 32,7 g

2026-07-06

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki kukurydziane (350ml)	mleko
pasta z twarogu i wędliny (60g)	mleko
polędwica drobiowa (40g)	gluten, mleko, soja
surówka z selera naciowego i rzodkwi z jogurtem (70g)	mleko
pieczywo mieszane (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
marchew - 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)	
kiełbasa borowiaka (50g)	gluten, gorczyca, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
jabłko deserowe (1 szt)	

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

Jadłospis od dnia: 2026-06-29 do dnia: 2026-07-08
Zestaw posiłków: Lekkostrawna

PN	alergeny
serek almette (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2488 kcal
Białka: 130,04 g
Tłuszcze: 76,95 g
Węglowodany: 352,62 g
Błonnik: 28,76 g

2026-07-07	alergeny
śniadanie	
serek homogenizowany smakowy (150g/1 szt)	mleko
salceson z indyka (40g)	gluten, mleko, 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 (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kawa zbożowa mleczna (250ml)	gluten, mleko
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa włoska zabelana (400ml)	gluten, mleko, seler
naleśniki z twarogiem z sosem jogurtowym z ananasem (2 szt/280g)	dwutlenek siarki, gluten, jaja, mleko, orzechy, sezam, soja
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
bigos z cukinii (180g)	gluten, seler, soja
łopatka prasowana (40g)	gluten, soja
rzodkiewka (50g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny

serek PHILADELPHIA (1szt)
Wartość energetyczna: 2750 kcal
Białka: 117,01 g
Tłuszcze: 101,69 g
Węglowodany: 342,21 g
Błonnik: 30,54 g

2026-07-08	alergeny
śniadanie	
zupa mleczna - płatki owsiane (350ml)	gluten, mleko
pasztetowa (50g)	gluten, gorczyca, seler, soja
kielbasa żywiecka (30g)	soja
kielki warzyw (10g)	
pieczywo mieszane (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa śliwkowa z makaronem (400ml)	gluten, mleko
schab duszony w sosie własnym (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
mizeria z ogórka świeżegomleko (100g)	
woda z cytryną (200 ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
pasta z ryby (70g)	gorczyca, jaja, ryby
schab drobiowy z majerankiem (30g)	gluten, mleko, soja
sałata vinegret (30g)	gorczyca
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek kanapkowy (1szt)	

Wartość energetyczna: 2397 kcal
Białka: 98,19 g
Tłuszcze: 84,2 g
Węglowodany: 305,89 g
Błonnik: 23,11 g

Jadłospis od dnia: 2026-06-29 do dnia: 2026-07-08
Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

2026-06-29	
śniadanie	alergeny
tuńczyk w oleju (50g) schab drobiowy z majerankiem (400ml) surówka z selera naciowego i kalarepy z rzodkiewką (70g) pieczywo razowe (80g)	gluten, mleko, soja mleko gluten, sezam, soja mleko
masło (20g) herbata ex (250ml) sałata - dekoracja (20g) marchew - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
kefir 150g (1szt)	
obiad	alergeny
zupa ryżowa (400ml) łopatka wieprzowa gotowana (80g) ziemniaki (80g) surówka koperkowa (100g) kompot wieloowocowy (220ml) przyprawy ()	seler seler jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
sałatka owocowa (50g)	
kolacja	alergeny
sałatka z jajek, ogórków i kukurydzy (100g)	dwutlenek siarki, gorczyca, jaja, mleko
kiełbasa borowiaka (50g)	gluten, gorczyca, soja
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g) herbata ex (250ml) jabłko deserowe (1 szt)	mleko
PN	alergeny

serek PHILADELPHIA
(1szt)

Wartość energetyczna: 1697 kcal
Białka: 84,96 g
Tłuszcze: 73,16 g
Węglowodany: 190,1 g
Błonnik: 25,91 g

2026-06-30	
śniadanie	alergeny
twaróg (90g) mielonka (40g) pomidory (80g) pieczywo razowe (80g)	mleko gluten, soja gluten, sezam, soja mleko
masło (20g) kawa zbożowa mleczna (250ml) sałata - dekoracja (20g)	gluten, mleko
II śniadanie	alergeny
pasztet pieczony (50g)	gluten, gorczyca, seler, soja
sałata zielona (20g) pieczywo razowe (20g)	 gluten, sezam, soja
obiad	alergeny
zupa z cukinii z grzankami (450 ml) bitka drobiowa duszona (70g) ziemniaki (80g) mizeria z ogórka świeżego (100g) kompot wieloowocowy (220ml) przyprawy ()	gluten, mleko gluten mleko jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
sok z buraka (100 ml)	
kolacja	alergeny
szynka w galarecie z 1/2 jajka (70g/25g)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
sos tatarski D (120g) ser Deliser- plastry (35g/ 2 szt) rzodkiewka (50g)	jaja, mleko mleko

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

masło (10g)
herbata ex (250ml)

PN

serek kanapkowy (1szt)

Wartość energetyczna: 2168 kcal
Białka: 122,59 g
Tłuszcze: 92,12 g
Węglowodany: 222,71 g
Błonnik: 32,52 g

2026-07-01	
śniadanie	alergeny
pasta z mięsa i warzyw (60g) kiełbasa rawska (zawiera białko sojowe, mąkę pszenną) (30g) kiełki warzyw (10g) pieczywo razowe (80g)	gorczyca, jaja, seler soja 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 kapuśniak z kiszonej kapusty (400ml) zraz zawijany ze schabu z warzywami (100g) ziemniaki (80g) sałata z jogurtem (50g) kompot wieloowocowy (220ml) przyprawy ()	 gluten, seler mleko jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
Koktajl pomidorowy (180 ml)	mleko
kolacja	alergeny
sałatka z ryby pieczonej z warzywami i olejem (100g) połędwica drobiowa (50g)	 gluten, mleko, soja
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g) herbata ex (250ml) jabłko deserowe (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: 2026-06-29 do dnia: 2026-07-08
Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

2026-07-04	
śniadanie	alergeny
twarożek z zieleniną (90g)	mleko
pieczeń wiejska (40g)	dwutlenek siarki, gluten, soja
surówka wiosenna (70g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
sałata - dekoracja (20g)	
marchew - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
polędwica drobiowa (30g)	gluten, mleko, soja
sałata zielona (20g)	
pieczywo razowe (20g)	gluten, sezam, soja
obiad	alergeny
zupa brokułowa z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
szynka wieprzowa duszona z jabłkami (70g)	gluten
ziemniaki (80g)	
surówka wielowarzywna (marchew, rzodkiew, seler) (100g)	mleko, seler
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
koktail pomidorowy (150 ml)	mleko
kolacja	alergeny
pasta warzywna z ciecierzycą (80g)	
ogonówka (40g)	gluten, soja
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko

herbata ex (250ml)
PN
serek kanapkowy (1szt)
Wartość energetyczna: 1755 kcal
Białka: 116,68 g
Tłuszcze: 67,08 g
Węglowodany: 191,49 g
Błonnik: 30,01 g

2026-07-05	
śniadanie	alergeny
salami (40g)	
galantyna z drobiu (40g)	gluten, jaja, mleko, seler
serek tartar (20g)	mleko
pomidory (80g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
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
fasolka szparagowa z masłem mrożona (60g)	gluten, soja
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
sok z jabłek (100 ml)	
kolacja	alergeny
szynka starowiejska (70g)	
sałatka jarzynowa z olejem (180g)	jaja, seler
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
czereśnia (100g)	
PN	alergeny
jogurt naturalny (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 2142 kcal
Białka: 104,71 g
Tłuszcze: 91,63 g
Węglowodany: 225,2 g
Błonnik: 35,73 g

2026-07-06	
śniadanie	alergeny
pasta z twarogu i wędliny (60g)	mleko
polędwica drobiowa (40g)	gluten, mleko, soja
surówka z selera naciowego i rzodkwi z jogurtem (70g)	mleko
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
sałata - dekoracja (20g)	
marchew - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
kefir 150g (1szt)	
obiad	alergeny
zupa żurek zabieleny (400ml)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
risotto mięsno-jarzynowe w pomidorach (200g)	seler
ziemniaki (80g)	
sałata z jogurtem (50g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
sałatka owocowa (50g)	
kolacja	alergeny
sałatka z tuńczykiem (100g)	
kiełbasa borowiaka (50g)	gluten, gorczyca, soja
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
jabłko deserowe (1 szt)	

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

Jadłospis od dnia: 2026-06-29 do dnia: 2026-07-08
Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

PN	alergeny
serek almette (1 szt)	
Wartość energetyczna: 1845 kcal Białka: 116,18 g Tłuszcze: 67,86 g Węglowodany: 227,45 g Błonnik: 28,1 g	
2026-07-07	
śniadanie	alergeny
salceson z indyka (40g)	gluten, mleko, soja
jajko gotowane (1 szt)	jaja
kabanosy (20g)	gluten, gorczyca, mleko, orzechy, seler, soja
sałata lodowa z pomidorami, fetą i oliwkami (80g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kawa zbożowa mleczna (250ml)	gluten, mleko
marchew - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
serek homogenizowany naturalny (150g/1 szt)	mleko
obiad	alergeny
zupa włoska zabelana (400ml)	gluten, mleko, seler
naleśniki z twarogiem i sosem jogurtowym (2 szt/280g)	gluten, jaja, mleko
kompot wielowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
sok z buraka (100 ml)	
kolacja	alergeny
bigos z cukinii (180g)	gluten, seler, soja
łopatka prasowana (40g)	gluten, soja
rzodkiewka (50g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	

PN	alergeny
serek PHILADELFA (1szt)	
Wartość energetyczna: 2451 kcal Białka: 116,66 g Tłuszcze: 103,47 g Węglowodany: 269,48 g Błonnik: 38,2 g	
2026-07-08	
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
kefir 150g (1szt)	
obiad	alergeny
zupa śliwkowa z makaronem (400ml)	gluten, mleko
schab duszony w sosie własnym (70g)	gluten
ziemniaki (80g)	
mizeria z ogórka świeżego	
mleko (100g)	
woda z cytryną (200 ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
kisiel z jabłkami (200g)	
kolacja	alergeny
pasta z ryby (70g)	gorczyca, jaja, ryby
schab drobiowy z majerankiem (30g)	gluten, mleko, soja
sałata vinegret (30g)	gorczyca
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek kanapkowy (1szt)	

Wartość energetyczna: 1876 kcal
Białka: 85,15 g
Tłuszcze: 80,24 g
Węglowodany: 200,22 g
Błonnik: 17,9 g