

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

Jadłospis od dnia: 2026-07-09 do dnia: 2026-07-18
Zestaw posiłków: Ogólna

2026-07-09

śniadanie	alergeny
twaróg (90g)	mleko
mielonka (40g)	gluten, soja
pomidory w śmietanie (80g)	mleko
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kakao na mleku (250 ml)	mleko
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa porowa z grzankami (400ml)	gluten, mleko
filet z kurczaka duszony (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka z marchwi (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka z brokuła (100g)	jaja, mleko
szynka konserwowa (50g)	gluten, gorczyca, mleko, seler, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 2062 kcal
Białka: 100,54 g
Tłuszcze: 70,03 g
Węglowodany: 268,44 g
Błonnik: 26,93 g

2026-07-10

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - ryż (350ml)	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 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)	
kielbasa krakowska (50g)	soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek PHILADELFIA (1szt)	

Wartość energetyczna: 2553 kcal
Białka: 95,6 g
Tłuszcze: 96,84 g
Węglowodany: 314,54 g
Błonnik: 34,88 g

2026-07-11

śniadanie	alergeny
twarożek z zieleniną (90g)	mleko
kielbasa szynkówka (40g)	gorczyca, soja
rzodkiewka z koperkiem (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 grysikowa (400ml)	gluten, seler
bitka z szynki wieprzowej duszona (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka wielowarzynna (zawiera seler) (100g)	mleko, 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/ szt)	2mleko
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
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: 2026-07-09 do dnia: 2026-07-18
Zestaw posiłków: Ogólna

Wartość energetyczna: 2348 kcal
Białka: 99,03 g
Tłuszcze: 84,68 g
Węglowodany: 291,3 g
Błonnik: 28,52 g

2026-07-12	
śniadanie	alergeny
rolada schabowa (40g)	mleko, soja
kurczak gotowany (40g)	
ser camembert (25g)	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 świeże	gluten, mleko, seler
pomidory (400ml)	
schab duszony w sosie	gluten, seler
jarzynowym (70g)	
ziemniaki (120g)	
surówka z marchwi i jabłka (90g)	
kalafior z masłem	gluten, soja
mrożony (60g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
szynka z komina (70g)	gluten, gorczyca, mleko, seler, soja
	gorczyca, jaja, seler
sałatka włoska z majonezem (180g)	gluten, sezam, soja
pieczywo mieszane (100g)	mleko
masło (10g)	
herbata ex (250ml)	
babka piaskowa (50g)	gluten, jaja
PN	alergeny
jogurt owocowy (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 2562 kcal
Białka: 108,38 g
Tłuszcze: 84,92 g
Węglowodany: 343,59 g
Błonnik: 40,41 g

2026-07-13	
śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki kukurydziane (350ml)	mleko
tuńczyk w oleju (50g)	
połędwica drobiowa (30g)	gluten, mleko, soja
surówka z selera naciowego i ogórków zielonych (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 krupnik z kaszy jaglanej (400ml)	seler
pieczeń rzymska w sosie serowym A (100 g)	gluten, jaja, mleko, soja
ziemniaki (120g)	
surówka koperkowa (100g)	
kompot wieloowocowy (400ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka z fasoli , pomidorów, porów, pieczarek i zieleniny (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 PHILADELFA (1szt)
Wartość energetyczna: 2378 kcal
Białka: 124,41 g
Tłuszcze: 78,25 g
Węglowodany: 331,89 g
Błonnik: 34,01 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-07-09 do dnia: 2026-07-18
Zestaw posiłków: Ogólna

2026-07-14

śniadanie	alergeny
serek wiejski (1szt)	
ogonówka (50g)	gluten, soja
surówka letnia (70g)	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 botwinka z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
bitka drobiowa duszona (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
sałatka z jabłka i czarnej porzeczki (100g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
roladka z szynki konserwowej z jajkiem i chrzanem (60g/ 1 szt)	dwutlenek siarki, gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
ser żółty (40g)	mleko
rzodkiewka (50g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek kanapkowy (1szt)	

Wartość energetyczna: 2469 kcal
Białka: 112,59 g
Tłuszcze: 96,6 g
Węglowodany: 317,33 g
Błonnik: 27,51 g

2026-07-15

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - zacierka na mleku (350ml)	gluten, jaja, mleko
pasta z ryby (70g)	gorczyca, jaja, ryby
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
sałatka gyros (120g)	gorczyca, jaja
polędwica wiśniowa (50g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 2439 kcal
Białka: 108,52 g
Tłuszcze: 93,13 g
Węglowodany: 308,49 g
Błonnik: 26,57 g

2026-07-16

śniadanie	alergeny
twaróg (90g)	mleko
pieczeń wiejska (40g)	dwutlenek siarki, gluten, soja
tomat - dekoracja (20g)	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 brokuła i makaronu (100g)	gluten, gorczyca, jaja, mleko
polędwica sopocka (50g)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
pieczywo mieszane (100g)	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: 2026-07-09 do dnia: 2026-07-18
Zestaw posiłków: Ogólna

Wartość energetyczna: 2362 kcal
Białka: 108,4 g
Tłuszcze: 80,76 g
Węglowodany: 310,67 g
Błonnik: 32,53 g

2026-07-17	
śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki owsiane (350ml)	gluten, mleko
jajko gotowane (1 szt)	jaja
polędwiczanka z warzywami (40g)	gluten, gorczyca, soja
sałatka z ogórka zielonego i kukurydzy (80g)	
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa grochowa z ziemniakami (400ml)	gluten, seler
pulpet z ryby w sosie chrzanowym (100g)	dwutlenek siarki, gluten, jaja, mleko, ryby
ziemniaki (120g)	
surówka z kapusty kiszonej (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
Ryż ze śliwkami (150g)	
kielbasa krakowska (30g)	soja
sałata vinegret (30g)	gorczyca
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek almette (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2781 kcal
Białka: 93,33 g
Tłuszcze: 92,75 g
Węglowodany: 377,98 g
Błonnik: 36,07 g

2026-07-18	
śniadanie	alergeny
twarożek z koprem (90g)	mleko
kielbasa 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 pejszanka (400ml)	seler
szynka po cygańsku (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka warzywna D (120g)	seler
kompot wieloowocowy (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/ szt)	2 mleko
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
jabłko deserowe (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2507 kcal
Białka: 107,18 g
Tłuszcze: 88,54 g
Węglowodany: 326,62 g
Błonnik: 38,88 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-07-09 do dnia: 2026-07-18
Zestaw posiłków: Lekkostrawna

2026-07-09

śniadanie	alergeny
twaróg (90g)	mleko
mielonka (40g)	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 porowa z grzankami (400ml)	gluten, mleko
filet z kurczaka duszony (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka z marchwi (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka z brokuła (100g)	jaja, mleko
szynka konserwowa (50g)	gluten, gorczyca, mleko, seler, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 2048 kcal
Białka: 100,46 g
Tłuszcze: 68,65 g
Węglowodany: 267,97 g
Błonnik: 26,78 g

2026-07-10

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - ryż (350ml)	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 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 PHILADELFIA (1szt)	

Wartość energetyczna: 2431 kcal
Białka: 91,42 g
Tłuszcze: 90,28 g
Węglowodany: 305,36 g
Błonnik: 30,09 g

2026-07-11

śniadanie	alergeny
twarożek z zieleniną (90g)	mleko
kiełbasa szynkówka (40g)	gorczyca, soja
rzodkiewka z koperkiem (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 grysikowa (400ml)	gluten, seler
bitka z szynki wieprzowej duszona (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka wielowarzywna (zawiera seler) (100g)	mleko, 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/ szt)	2mleko
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
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: 2026-07-09 do dnia: 2026-07-18
Zestaw posiłków: Lekkostrawna

Wartość energetyczna: 2363 kcal
Białka: 98,35 g
Tłuszcze: 85,49 g
Węglowodany: 294,11 g
Błonnik: 28,71 g

2026-07-12	
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 świeże (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 wielowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
szynka z komina (70g)	gluten, gorczyca, mleko, seler, soja
	jaja, seler
sałatka włoska 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

Wartość energetyczna: 2418 kcal
Białka: 101,8 g
Tłuszcze: 74,76 g
Węglowodany: 337,28 g
Błonnik: 37,96 g

2026-07-13	
śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki kukurydziane (350ml)	mleko
tuńczyk w oleju (50g)	
połędwica drobiowa (30g)	gluten, mleko, soja
surówka z selera naciowego i ogórków zielonych (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 krupnik z kaszy jaglanej (400ml)	seler
pieczeń rzymska w sosie serowym A (100 g)	gluten, jaja, mleko, soja
ziemniaki (120g)	
surówka koperkowa (100g)	
kompot wielowocowy (400ml)	
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: 2425 kcal
Białka: 126,68 g
Tłuszcze: 82,23 g
Węglowodany: 334,36 g
Błonnik: 31,2 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-07-09 do dnia: 2026-07-18
Zestaw posiłków: Lekkostrawna

2026-07-14	
śniadanie	alergeny
serek wiejski (1szt)	
ogonówka (50g)	gluten, soja
surówka letnia (70g)	mleko
pieczywo mieszane (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kawa zbożowa mleczna (250ml)	gluten, mleko
dżem (30g)	
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa botwinka z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
bitka drobiowa duszona (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
sałatka z jabłka i czarnej porzeczki (100g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
roladka z szynki konserwowej z jajkiem i chrzanem (60g/ 1 szt)	dwutlenek siarki, gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
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: 2426 kcal
Białka: 105,69 g
Tłuszcze: 94,2 g
Węglowodany: 319,04 g
Błonnik: 27,51 g

2026-07-15	
śniadanie	alergeny
zupa mleczna - zacierka na mleku (350ml)	gluten, jaja, mleko
pasta z ryby (70g)	gorczyca, jaja, ryby
kielbasa rawska (zawiera białko sojowe, mąkę pszenną) (30g)	soja
kielki warzyw (10g)	
pieczywo mieszane (130 g)	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
sałatka gyros D (120g)	mleko
polędwica wiśniowa (50g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 2376 kcal
Białka: 108,74 g
Tłuszcze: 86,3 g
Węglowodany: 306,48 g
Błonnik: 26,94 g

2026-07-16	
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 brokuła i makaronu (100g)	gluten, gorczyca, jaja, mleko
polędwica sopocka (50g)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
pieczywo mieszane (100g)	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: 2026-07-09 do dnia: 2026-07-18
Zestaw posiłków: Lekkostrawna

Wartość energetyczna: 2348 kcal
Białka: 108,31 g
Tłuszcze: 79,38 g
Węglowodany: 310,2 g
Błonnik: 32,38 g

2026-07-17	
śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki owsiane (350ml)	gluten, mleko
jajko gotowane (1 szt)	jaja
polędwiczanka 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	alergeny
zupa z zielonego groszku z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
pulpet z ryby w sosie chrzanowym (100g)	dwutlenek siarki, gluten, jaja, mleko, ryby
ziemniaki (120g)	
surówka z kapusty kiszonej (100g)	
kompot wielowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
Ryż ze śliwkami (150g)	
kielbasa krakowska (30g)	soja
sałata vinegret (30g)	gorczyca
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek almette (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2548 kcal
Białka: 82,84 g
Tłuszcze: 88,76 g
Węglowodany: 341,39 g
Błonnik: 32,79 g

2026-07-18	
śniadanie	alergeny
twarożek z koprem (90g)	mleko
kielbasa 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 pejszanka (400ml)	seler
szynka po cygańsku (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka warzywna D (120g)	seler
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/ szt)	2 mleko
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
jabłko deserowe (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2507 kcal
Białka: 107,18 g
Tłuszcze: 88,54 g
Węglowodany: 326,62 g
Błonnik: 38,88 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-07-09 do dnia: 2026-07-18
Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

2026-07-09	
śniadanie	alergeny
twaróg (90g)	mleko
mielonka (40g)	gluten, soja
pomidory w jogurcie (80g)	mleko
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
Kakao na mleku (250ml)	mleko
sałata - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
ogonówka (30g)	gluten, soja
sałata zielona (20g)	
pieczywo razowe (20g)	gluten, sezam, soja
obiad	alergeny
zupa porowa z grzankami (400ml)	gluten, mleko
filet z kurczaka duszony (70g)	gluten
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
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 1700 kcal
Białka: 101,96 g
Tłuszcze: 73,85 g
Węglowodany: 170,35 g
Błonnik: 24,08 g

2026-07-10	
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 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
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek PHILADELFIA (1szt)	

Wartość energetyczna: 1905 kcal
Białka: 79,89 g
Tłuszcze: 87,98 g
Węglowodany: 194,92 g
Błonnik: 29,31 g

2026-07-11	
śniadanie	alergeny
twarożek z zieleniną (90g)	mleko
kiełbasa szynkówka (40g)	gorczyca, soja
rzodkiewka z koperkiem (70g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
sałata - dekoracja (20g)	
marchew - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
ser żółty (30g)	mleko
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 wielowarzywna (marchew, rzodkiew, seler) (100g)	mleko, 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
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: 2026-07-09 do dnia: 2026-07-18
Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

PN	alergeny
jabłko deserowe (1 szt)	
Wartość energetyczna: 2095 kcal Białka: 100,61 g Tłuszcze: 93,43 g Węglowodany: 202,86 g Błonnik: 36,88 g	
2026-07-12	
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
jabko gotowane (1 szt)	jaja
obiad	alergeny
zupa pomidorowa z makaronem świeże pomidory (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 wielowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
sałatka owocowa (50g)	
kolacja	alergeny
szynka z komina (70g)	gluten, gorczyca, mleko, seler, soja
sałatka włoska z olejem (180g)	jaja, seler
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja, mleko
masło (10g)	
herbata ex (250ml)	
czereśnia (100g)	

PN	alergeny
jogurt naturalny (1 szt)	mleko
Wartość energetyczna: 1970 kcal Białka: 100,6 g Tłuszcze: 81,33 g Węglowodany: 221,79 g Błonnik: 36,58 g	
2026-07-13	
śniadanie	alergeny
tuńczyk w oleju (50g)	
połędwica drobiowa (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
kefir 150g (1szt)	
obiad	alergeny
zupa krupnik z kaszy jaglanej (400ml)	seler
pieczeń rzymska (100 g)	gluten, jaja, soja
ziemniaki (80g)	
surówka koperkowa (100g)	
kompot wielowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
kisiel z jabłkami (200g)	
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, mleko
masło (10g)	
herbata ex (250ml)	
jabłko deserowe (1 szt)	
PN	alergeny

serek PHILADELFA (1szt)

Wartość energetyczna: 1738 kcal
Białka: 110,18 g
Tłuszcze: 69,2 g
Węglowodany: 210,32 g
Błonnik: 27,21 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-07-09 do dnia: 2026-07-18
Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

2026-07-14	
śniadanie	alergeny
serek wiejski (1szt)	
ogonówka (50g)	gluten, soja
surówka letnia (70g)	mleko
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kawa zbożowa mleczna (250ml)	gluten, mleko
marchew - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
parówka wiedeńska na gorąco (1 szt)	gluten, soja
sałata zielona (20g)	
pieczywo razowe (20g)	gluten, sezam, soja
obiad	alergeny
zupa botwinka z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
bitka drobiowa duszona (70g)	gluten
ziemniaki (80g)	
sałatka z jabłka i czarnej porzeczki (100g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
koktail pomidorowy (150 ml)	mleko
kolacja	alergeny
roladka z szynki konserwowej z jajkiem i chrzanem (60g/ 1 szt)	dwutlenek siarki, gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
ser Deliser- plastry (35g/ 2szt)	mleko
rzodkiewka (50g)	

pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek kanapkowy (1szt)	
Wartość energetyczna: 2133 kcal	
Białka: 105,96 g	
Tłuszcze: 107,4 g	
Węglowodany: 224,66 g	
Błonnik: 27,04 g	

2026-07-15	
śniadanie	alergeny
pasta z ryby (70g)	gorczyca, jaja, ryby
kielbasa rawska (zawiera białko sojowe, mąkę pszenną) (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 z jarzynami (65g mięso/200ml jarz)	gluten
kasza gryczana (80g)	
sałata z jogurtem (50g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
sok z jabłek (100 ml)	
kolacja	alergeny
sałatka gyros D (120g)	mleko
polędwica wiśniowa (50g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 1946 kcal
Białka: 96,64 g
Tłuszcze: 85,36 g
Węglowodany: 217,6 g
Błonnik: 28,91 g

2026-07-16	
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
sałatka owocowa (50g)	
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
budyń (100g)	gluten, jaja, mleko
kolacja	alergeny
sałatka z brokuła i makaronu razowego (100g)	gluten, gorczyca, jaja, mleko
polędwica sopocka (50g)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
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: 2026-07-09 do dnia: 2026-07-18
Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

Wartość energetyczna: 1899 kcal
Białka: 100,11 g
Tłuszcze: 80,35 g
Węglowodany: 206,03 g
Błonnik: 28,11 g

2026-07-17	
śniadanie	alergeny
jajko gotowane (1 szt)	jaja
połędwiczanka z warzywami (40g)	gluten, gorczyca, 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 z zielonego groszku z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
pulpet z ryby w sosie chrzanowym (100g)	dwutlenek siarki, gluten, jaja, 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
Ryż brązowy ze śliwkami (150g)	
kiełbasa krakowska (30g)	soja
sałata vinegret (30g)	gorczyca
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja, mleko
masło (10g)	
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek almette (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2013 kcal
Białka: 70,18 g
Tłuszcze: 82,91 g
Węglowodany: 236 g
Błonnik: 33,11 g

2026-07-18	
śniadanie	alergeny
twarożek z koprem (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
ogonówka (30g)	gluten, soja
sałata zielona (20g)	
pieczywo razowe (20g)	gluten, sezam, soja
obiad	alergeny
zupa peyzanka (400ml)	seler
szynka po cygańsku (70g)	gluten
ziemniaki (80g)	
surówka warzywna D (120g)	seler
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
koktail pomidorowy (150 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/ szt)	2mleko
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja, mleko
masło (10g)	
herbata ex (250ml)	

PN	alergeny
jabłko deserowe (1 szt)	
Wartość energetyczna: 2123 kcal	
Białka: 104,37 g	
Tłuszcze: 90,57 g	
Węglowodany: 232,11 g	
Błonnik: 38,41 g	