

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

Jadłospis od dnia: 2026-07-19 do dnia: 2026-07-28
Zestaw posiłków: Ogólna

2026-07-19	
śniadanie	alergeny
schab cygański okopcony (40g)	
połędwica wiśniowa (40g)	
serek Tartar (20g)	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 koperkowa z ryżem (400ml)	gluten, mleko, seler
schab duszony z jabłkami (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka z marchwi z chrzanem (90g)	dwutlenek siarki, mleko
brukselka z masłem (60g)	gluten, soja
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
szynka gotowana (70g)	gluten, soja
sałatka jarzynowa z majonezem (180g)	gorczyca, jaja, seler
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
strucla z makiem (70g)	
PN	alergeny
jogurt owocowy (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 2498 kcal
Białka: 99,23 g
Tłuszcze: 79,5 g
Węglowodany: 336,72 g
Błonnik: 38,61 g

2026-07-20	
śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki kukurydziane (350ml)	mleko
pastą warzywną z ciecierzycą (80g)	
schab drobiowy z majerankiem (30g)	gluten, mleko, soja
surówka z cukinii (80 g)	
pieczywo mieszane (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa jarzynowa czysta (400 ml)	
spagetti z mięsem (240g)	gluten
sałata z jogurtem (50g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka z tuńczykiem (ser,pomidor, kukurydza) (100g)	mleko
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: 99,42 g
Tłuszcze: 87,26 g
Węglowodany: 314,81 g
Błonnik: 24,8 g

2026-07-21	
śniadanie	alergeny
twaróg (90g)	mleko
mielonka (40g)	gluten, soja
pomidory (80g)	
pieczywo mieszane (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa barszcz czerwony z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
sznycel z piersi kurczaka (120g)	gluten, jaja, mleko, soja
ziemniaki (120g)	
surówka z kapusty pekińskiej (100g)	
woda z cytryną (200 ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka z kalaflorem (100g)	gorczyca, jaja, mleko
łopatka prasowana (50g)	gluten, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
jogurt naturalny (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 2567 kcal
Białka: 104,97 g
Tłuszcze: 105,18 g
Węglowodany: 312,73 g
Błonnik: 29,69 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-07-19 do dnia: 2026-07-28
Zestaw posiłków: Ogólna

2026-07-22

śniadanie	alergeny
kefir 150g (1szt) pasztetowa (50g)	gluten, gorczyca, seler, soja
kielbasa żywiecka (30g) kielki warzyw (10g) pieczywo mieszane (130 g) masło (20g) herbata ex (250ml) dżem (30g) marchew - dekoracja (20g) sałata - dekoracja (20g)	soja gluten, jaja, sezam, soja mleko
obiad	alergeny
zupa szpinakowa z jajkiem (400ml) zraz zawijany ze schabu (100g) ziemniaki (120g) mizeria z ogórka świeżegomleko (100g) kompot wieloowocowy (220ml) przyprawy ()	gluten, jaja, mleko, seler gluten, gorczyca jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
ryba w galarecie z cytryną (75g ryba/180g) sos tatarski (120g) polędwica drobiowa (30g) sałata vinegret (30g) pieczywo mieszane (100g) masło (10g) herbata ex (250ml)	jaja, mleko, ryby, seler, soja gorczyca, jaja gluten, mleko, soja gorczyca gluten, sezam, soja mleko
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 2622 kcal
Białka: 146,75 g
Tłuszcze: 109,22 g
Węglowodany: 276,37 g
Błonnik: 28,29 g

2026-07-23

śniadanie	alergeny
ser żółty (70g) sałatka z cebuli i koncentratu pomidorowego (30g) pomidory w śmietanie (80g) pieczywo mieszane (130 g) masło (20g) kakao na mleku (250 ml) dżem (30g) sałata - dekoracja (20g)	mleko mleko gluten, jaja, sezam, soja mleko mleko
obiad	alergeny
zupa pieczarkowa z kaszą pęczak (400ml) udko drobiowe pieczone (1 szt)	gluten, mleko, seler gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
ziemniaki (120g) surówka z marchwi z czarna porzeczką (100g) woda z cytryną (200 ml) przyprawy ()	 jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka ruska z olejem (150g) szynka konserwowa (50g)	gorczyca gluten, gorczyca, mleko, seler, soja
pieczywo mieszane (100g) masło (10g) herbata ex (250ml) kefir 150g (1szt)	gluten, sezam, soja mleko
PN	alergeny
serek PHILADELFA (1szt)	

Wartość energetyczna: 2864 kcal
Białka: 137,7 g
Tłuszcze: 122,88 g
Węglowodany: 294,31 g
Błonnik: 31,45 g

2026-07-24

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki owsiane (350ml) jajko mollet (2 szt) szczypior w majonezie (30g) serek almette (1 szt) ogórek zielony z koprem (80g) pieczywo mieszane (130 g) masło (20g) herbata ex (250ml) dżem (30g) sałata - dekoracja (20g)	gluten, mleko jaja gorczyca, jaja, mleko gluten, jaja, sezam, soja mleko
obiad	alergeny
zupa fasolowa z ziemniakami (400ml) ryba smażona (120g)	gluten, seler gluten, jaja, mleko, ryby, soja
ziemniaki (120g) surówka z kapusty kiszonej (100g) kompot wieloowocowy (220ml) przyprawy ()	 jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
pierogi leniwe (250g) kielbasa krakowska (30g) pieczywo mieszane (100g) masło (10g) herbata ex (250ml) jabłko pieczone po kapitańsku (150g)	jaja, mleko soja gluten, sezam, soja mleko
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: 2026-07-19 do dnia: 2026-07-28
Zestaw posiłków: Ogólna

Wartość energetyczna: 3455 kcal
Białka: 132,76 g
Tłuszcze: 132,94 g
Węglowodany: 410,41 g
Błonnik: 48,95 g

2026-07-25	
śniadanie	alergeny
twaróg z zieloną (90g)	mleko
połędwica sopocka (40g)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
rzodkiewka z koperkiem (70g)	
pieczywo mieszane (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja mleko
masło (20g)	
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa z dyni z grzankami (400ml)	gluten, mleko, seler
bitka z szynki w sosie korniszonowym (70g)	gluten, gorczyca, mleko
ziemniaki (120g)	
surówka wielowarzywna (zawiera seler) (100g)	mleko, seler
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
kaszanka zapiekana z cebulą (1 szt)	gluten, gorczyca
musztarda (20g)	gorczyca
ser topiony w plastrach (32g/ 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: 2325 kcal
Białka: 113,14 g
Tłuszcze: 85,55 g
Węglowodany: 280,8 g
Błonnik: 26,54 g

2026-07-26	
śniadanie	alergeny
salami (40g)	
galantyna z drobiu (40g)	gluten, jaja, mleko, seler mleko
serek Tartar (20g)	
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 węgierskim (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 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: 2697 kcal
Białka: 102,05 g
Tłuszcze: 99,55 g
Węglowodany: 325,03 g
Błonnik: 35,68 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-07-19 do dnia: 2026-07-28
Zestaw posiłków: Ogólna

2026-07-27

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki kukurydziane (350ml)	mleko
tuńczyk w oleju (50g)	
polędwica drobiowa (30g)	gluten, mleko, soja
surówka z selera naciowego i ogórków zielonych (70g)	
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa brokułowa z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
łopatka wieprzowa gotowana (80g)	seler
ziemniaki (120g)	
surówka koperkowa (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
pasta warzywna (80g)	seler
kiełbasa borowiaka (40g)	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: 2272 kcal
Białka: 120,55 g
Tłuszcze: 78,17 g
Węglowodany: 306,55 g
Błonnik: 33,58 g

2026-07-28

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 ryżowa (400ml)	seler
bitka drobiowa duszona (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
buraki saute (120g)	gluten
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
bigos z cukinii (180g)	seler
łopatka z przyprawami (40g)	gluten, soja
rzodkiewka (50g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek almette (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2409 kcal
Białka: 106,63 g
Tłuszcze: 88,62 g
Węglowodany: 321,45 g
Błonnik: 34,24 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-07-19 do dnia: 2026-07-28
Zestaw posiłków: Lekkostrawna

2026-07-19

śniadanie	alergeny
schab cygański okopcony (40g)	
połudwica 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 z ryżem (400ml)	gluten, mleko, seler
schab duszony z jabłkami (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka z marchwi z chrzanem (90g)	dwutlenek siarki, mleko
brukselka z masłem (60g)	gluten, soja
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
szynka gotowana (70g)	gluten, soja
sałatka jarzynowa z olejem (180g)	jaja, seler
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
strucla z makiem (70g)	
PN	alergeny
jogurt owocowy (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 2434 kcal
Białka: 97,81 g
Tłuszcze: 75,4 g
Węglowodany: 331,63 g
Błonnik: 36,45 g

2026-07-20

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki kukurydziane (350ml)	mleko
pastą warzywną z ciecierzycą (80g)	
schab drobiowy z majerankiem (30g)	gluten, mleko, soja
surówka z cukinii (80 g)	
pieczywo mieszane (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa jarzynowa czysta (400 ml)	
Makaron w sosie mięsno-jarzynowym (200 ml)	gluten, seler
sałata z jogurtem (50g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka z tuńczykiem (ser,pomidor, kukurydza) (100g)	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: 2371 kcal
Białka: 99,47 g
Tłuszcze: 85,37 g
Węglowodany: 311,16 g
Błonnik: 28,21 g

2026-07-21

śniadanie	alergeny
twaróg (90g)	mleko
mielonka (40g)	gluten, soja
pomidory (80g)	
pieczywo mieszane (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa barszcz czerwony z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
bitka drobiowa duszona (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka z kapusty pekińskiej (100g)	
woda z cytryną (200 ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka z kalafiozem (100g)	gorczyca, jaja, mleko
łopatka prasowana (50g)	gluten, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
jogurt naturalny (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 2294 kcal
Białka: 103,42 g
Tłuszcze: 82,6 g
Węglowodany: 298,28 g
Błonnik: 29,18 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-07-19 do dnia: 2026-07-28
Zestaw posiłków: Lekkostrawna

2026-07-22

śniadanie	alergeny
kefir 150g (1szt) pasztetowa (50g)	gluten, gorczyca, seler, soja
kiełbasa żywiecka (30g) kiełki warzyw (10g) pieczywo mieszane (130g) masło (20g) herbata ex (250ml) dżem (30g) marchew - dekoracja (20g) sałata - dekoracja (20g)	soja gluten, jaja, sezam, soja mleko
obiad	alergeny
zupa szpinakowa z jajkiem (400ml) zraz zawijany ze schabu z warzywami (100g) ziemniaki (120g) mizeria z ogórka świeżegomleko (100g) kompot wieloowocowy (220ml) przyprawy ()	gluten, jaja, mleko, seler gluten, seler jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
ryba w galarecie z cytryną (75g ryba/180g) sos tatarski D (120g) polędwica drobiowa (30g) sałata vinegret (30g) pieczywo mieszane (100g) masło (10g) herbata ex (250ml)	jaja, mleko, ryby, seler, soja jaja, mleko gluten, mleko, soja gorczyca gluten, sezam, soja mleko
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 2402 kcal
Białka: 145,58 g
Tłuszcze: 84,48 g
Węglowodany: 277,76 g
Błonnik: 31,62 g

2026-07-23

śniadanie	alergeny
szynka biesiadna (60g) ser Deliser- plastry (35g/ 2mleko szt) 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)	 gluten, jaja, sezam, soja mleko mleko
obiad	alergeny
zupa krupnik z kaszy pęczak (400ml) udko drobiowe pieczone (1 szt)	seler gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
ziemniaki (120g) surówka z marchwi z czarna porzeczką (100g) woda z cytryną (200 ml) przyprawy ()	 jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
pierogi leniwe (250g) szynka konserwowa (30g)	jaja, mleko gluten, gorczyca, mleko, seler, soja
pieczywo mieszane (100g) masło (10g) herbata ex (250ml) jabłko pieczone (1 szt/140g)	gluten, sezam, soja mleko
PN	alergeny
serek PHILADELFIA (1szt)	

Wartość energetyczna: 2876 kcal
Białka: 144,14 g
Tłuszcze: 96,06 g
Węglowodany: 348,06 g
Błonnik: 35,03 g

2026-07-24

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki owsiane (350ml) jajko mollet (2 szt) sos pietruszkowy (30g)	gluten, mleko jaja gorczyca, jaja, mleko
serek almette (1 szt) ogórek zielony z koprem (80g) pieczywo mieszane (130g) masło (20g) herbata ex (400ml) dżem (30g) sałata - dekoracja (20g)	 gluten, jaja, sezam, soja mleko
obiad	alergeny
zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami (400ml) ryba pieczona w jarzynachryby (110g ryba/80g jarzy) ziemniaki (120g) surówka z kapusty kiszonej (100g) kompot wieloowocowy (220ml) przyprawy ()	seler jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka grecka (100g) kiełbasa krakowska (50g) pieczywo mieszane (100g) masło (10g) herbata ex (250ml) kefir 150g (1szt)	soja gluten, sezam, soja mleko
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: 2026-07-19 do dnia: 2026-07-28
Zestaw posiłków: Lekkostrawna

Wartość energetyczna: 2398 kcal
Białka: 113,26 g
Tłuszcze: 94,07 g
Węglowodany: 278,71 g
Błonnik: 31,71 g

2026-07-25	
śniadanie	alergeny
twaróg z zieloną (90g)	mleko
polędwica sopocka (40g)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
rzodkiewka z koperkiem (70g)	
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja mleko
masło (20g)	
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa z dyni z grzankami (400ml)	gluten, mleko, seler
bitka z szynki wieprzowej duszona (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka wielowarzynowa (zawiera seler) (100g)	mleko, seler
kompot wielowarzynowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
kiełbasa parówkowa na gorąco (1 szt/90g)	gluten, soja
sos ketchup (20g)	gorczyca
ser Deliser- plastry (35g/ 2 szt)	mleko
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja mleko
masło (10g)	
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek kanapkowy (1szt)	

Wartość energetyczna: 2316 kcal
Białka: 99,51 g
Tłuszcze: 90,53 g
Węglowodany: 270,32 g
Błonnik: 24,46 g

2026-07-26	
śniadanie	alergeny
salami (40g)	
galantyna z drobiu (40g)	gluten, jaja, mleko, seler mleko
serek tartar (20g)	
pomidory (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja mleko
masło (20g)	
herbata ex (250ml)	
miód naturalny (20g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa rosół drobiowy z makaronem (400ml)	gluten, seler
schab w sosie węgierskim (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka z marchwi i porów (100g)	mleko
fasolka szparagowa z masłem mrożona (60g)	gluten, soja
kompot wielowarzynowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
szynka starowiejska (70g)	
sałatka włoska z olejem (180g)	jaja, seler
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja mleko
masło (10g)	
herbata ex (250ml)	
babka piaskowa (50g)	gluten, jaja
PN	alergeny
jogurt owocowy (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 2681 kcal
Białka: 106,15 g
Tłuszcze: 82,96 g
Węglowodany: 318,1 g
Błonnik: 33,17 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-07-19 do dnia: 2026-07-28
Zestaw posiłków: Lekkostrawna

2026-07-27

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki kukurydziane (350ml)	mleko
tuńczyk w oleju (50g)	
polędwica drobiowa (30g)	gluten, mleko, soja
surówka z selera naciowego i ogórków zielonych (70g)	
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa brokułowa z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
łopatka wieprzowa gotowana (80g)	seler
ziemniaki (120g)	
surówka koperkowa (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
pasta warzywna (80g)	seler
kiełbasa borowiaka (40g)	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: 2272 kcal
Białka: 120,55 g
Tłuszcze: 78,17 g
Węglowodany: 306,55 g
Błonnik: 33,58 g

2026-07-28

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 ryżowa (400ml)	seler
bitka drobiowa duszona (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
buraki saute (120g)	gluten
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
bigos z cukinii (180g)	gluten, seler, soja
łopatka z przyprawami (40g)	gluten, soja
rzodkiewka (50g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek almette (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2426 kcal
Białka: 101,23 g
Tłuszcze: 94,87 g
Węglowodany: 306,65 g
Błonnik: 33,24 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-07-19 do dnia: 2026-07-28
Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

2026-07-19	
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 z ryżem (400ml)	gluten, mleko, seler
schab duszony z jabłkami (70g)	gluten
ziemniaki (80g)	
surówka z marchwi z chrzanem (90g)	dwutlenek siarki, mleko
brukselka z masłem (60g)	gluten, soja
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
sok z buraka (100 ml)	
kolacja	alergeny
szynka gotowana (70g)	gluten, soja
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: 2012 kcal
Białka: 98,92 g
Tłuszcze: 74,61 g
Węglowodany: 239,44 g
Błonnik: 41,84 g

2026-07-20	
śniadanie	alergeny
pasta warzywna z ciecierzycą (80g)	
schab drobiowy z majerankiem (30g)	gluten, mleko, soja
surówka z cukinii (80 g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
sałata - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
kefir 150g (1szt)	
obiad	alergeny
zupa jarzynowa czysta (400 ml)	
Makaron razowy w sosie mięsno-jarzynowym (200ml)	gluten
sałata z jogurtem (50g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
sałatka owocowa (50g)	
kolacja	alergeny
sałatka z tuńczykiem (ser,pomidor, kukurydza) (100g)	mleko
kielbasa borowiaka (50g)	gluten, gorczyca, soja
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
jabłko deserowe (1 szt)	
PN	alergeny
serek PHILADELFIA (1szt)	

Wartość energetyczna: 1765 kcal
Białka: 82,75 g
Tłuszcze: 78,66 g
Węglowodany: 193,28 g
Błonnik: 22,2 g

2026-07-21	
śniadanie	alergeny
twaróg (90g)	mleko
mielonka (40g)	gluten, soja
pomidory (80g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
sałata - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
pasztet pieczony (50g)	gluten, gorczyca, seler, soja
sałata zielona (20g)	
pieczywo razowe (20g)	gluten, sezam, soja
obiad	alergeny
zupa barszcz czerwony z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
bitka drobiowa duszona (70g)	gluten
ziemniaki (80g)	
surówka z kapusty pekińskiej (100g)	
woda z cytryną (200 ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
sok z jabłek (100 ml)	
kolacja	alergeny
sałatka z kalaflorem (100g)	gorczyca, jaja, mleko
łopatka prasowana (50g)	gluten, soja
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
jogurt naturalny (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: 2026-07-19 do dnia: 2026-07-28
Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

Wartość energetyczna: 2174 kcal
Białka: 104,42 g
Tłuszcze: 97,95 g
Węglowodany: 238,53 g
Błonnik: 32,85 g

2026-07-22	
śniadanie	alergeny
pasztetowa (50g)	gluten, gorczyca, seler, soja
kielbasa żywiecka (30g)	soja
kiełki 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
zraz zawijany ze schabu z warzywami (100g)	gluten, seler
ziemniaki (80g)	
mizeria z ogórka świeżego (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
koktail pomidorowy (150 ml)	mleko
kolacja	alergeny
ryba w galarecie z cytryną (75g ryba/180g)	jaja, mleko, ryby, seler, soja
sos tatarski D (120g)	jaja, mleko
polędwica drobiowa (30g)	gluten, mleko, soja
sałata vinegret (30g)	gorczyca
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	

PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko
Wartość energetyczna: 1940 kcal	
Białka: 137,32 g	
Tłuszcze: 83,76 g	
Węglowodany: 175,68 g	
Błonnik: 29,38 g	

2026-07-23	
śniadanie	alergeny
szynka biesiadna (60g)	
ser Deliser- plastry (35g/ 2mleko szt)	
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
twaróg (50g)	mleko
obiad	alergeny
zupa krupnik z kaszy pęczak (400ml)	seler
udko drobiowe pieczone (1 szt)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
ziemniaki (80g)	
surówka z marchwi z czarna porzeczką (100g)	
woda z cytryną (200 ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
sok z marchwi (100 ml)	
kolacja	alergeny
pierogi leniwe (170g)	jaja, mleko
szynka konserwowa (30g)	gluten, gorczyca, mleko, seler, soja
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
jablko pieczone z cynamonem (150g)	
PN	alergeny

serek PHILADELFA (1szt)
Wartość energetyczna: 2382 kcal
Białka: 138,04 g
Tłuszcze: 95,77 g
Węglowodany: 229,67 g
Błonnik: 40,56 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-07-19 do dnia: 2026-07-28
Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

2026-07-24	
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
jogurt naturalny (1 szt)	mleko
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
kisiel z jabłkami (200g)	
kolacja	alergeny
sałatka grecka (100g)	
kiełbasa krakowska (50g)	soja
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
kefir 150g (1szt)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 1888 kcal
Białka: 101,36 g
Tłuszcze: 91,18 g
Węglowodany: 173,67 g
Błonnik: 28,02 g

2026-07-25	
śniadanie	alergeny
twarożek z zieleciną (90g)	mleko
połudwica sopocka (40g)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, 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 z dyni z grzankami (400ml)	gluten, mleko, 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
sałatka owocowa (50g)	
kolacja	alergeny
kiełbasa 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
serek kanapkowy (1szt)	
Wartość energetyczna: 1969 kcal	
Białka: 99,09 g	
Tłuszcze: 97,99 g	
Węglowodany: 168,96 g	
Błonnik: 22,71 g	

2026-07-26	
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)	
sałata - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
jajko gotowane (1 szt)	jaja
obiad	alergeny
zupa rosół drobiowy z makaronem (400ml)	gluten, seler
schab w sosie węgierskim (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
koktail pomidorowy (150 ml)	mleko
kolacja	alergeny
szynka starowiejska (70g)	
sałatka włoska z olejem (180g)	jaja, seler
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
arbuz (250g)	
PN	alergeny
jogurt naturalny (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: 2026-07-19 do dnia: 2026-07-28
Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

Wartość energetyczna: 2290 kcal
Białka: 106,77 g
Tłuszcze: 89,72 g
Węglowodany: 215,29 g
Błonnik: 32,51 g

2026-07-27	
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 brokułowa z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
łopatka wieprzowa gotowana (80g)	seler
ziemniaki (80g)	
surówka koperkowa (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
sok z buraka (100 ml)	
kolacja	alergeny
pasta warzywna (80g)	seler
kielbasa borowiaka (40g)	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: 1819 kcal
Białka: 112,61 g
Tłuszcze: 74,84 g
Węglowodany: 211,32 g
Błonnik: 37,61 g

2026-07-28	
śniadanie	alergeny
serek wiejski (1szt)	
ogonówka (50g)	gluten, soja
surówka letnia (70g)	mleko
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja, mleko
masło (20g)	
kawa zbożowa mleczna (250ml)	gluten, mleko
marchew - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
ser żółty (30g)	mleko
sałata zielona (20g)	
pieczywo razowe (20g)	gluten, sezam, soja
obiad	alergeny
zupa ryżowa (400ml)	seler
bitka drobiowa duszona (70g)	gluten
ziemniaki (80g)	
buraki gotowane (120g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
nektarynka (1szt)	
kolacja	alergeny
bigos z cukinii (180g)	gluten, seler, soja
łopatka z przyprawami (40g)	gluten, soja
rzodkiewka (50g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja, mleko
masło (10g)	
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek almette (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2124 kcal
Białka: 101,17 g
Tłuszcze: 102,27 g
Węglowodany: 217,19 g
Błonnik: 32,31 g