

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

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

2026-07-29

śniadanie	alergeny
Zupa mleczna - kasza jaglana (350 ml)	mleko
pasta z jaj i zieleniny (80g)	gorczyca, jaja
kiełbasa rawska (zawiera soję białko sojowe, mąkę pszenną) (30g)	
kiełki 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)	
mizéria z ogórka świeżego (100g)	mleko
woda z cytryną (200 ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka z ryby pieczonej z warzywami i olejem (100g)	
schab drobiowy z majerankiem (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

Wartość energetyczna: 2771 kcal
Białka: 110,77 g
Tłuszcze: 109,31 g
Węglowodany: 346,4 g
Błonnik: 25,61 g

2026-07-30

śniadanie	alergeny
twaróg (90g)	mleko
pieczeń wiejska (40g)	dwutlenek siarki, gluten, 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 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
kiełbasa szynkowa (50g)	gluten, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
jogurt naturalny (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 2104 kcal
Białka: 101,99 g
Tłuszcze: 72,12 g
Węglowodany: 274,44 g
Błonnik: 27,38 g

2026-07-31

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki owsiane (350ml)	gluten, mleko
jajko gotowane (1 szt)	jaja
połędwiczanka 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 barszcz ukraiński (400 ml)	mleko, seler
ryba w sosie koperkowym (80g)	gluten, mleko, ryby
ziemniaki (120g)	
surówka z kapusty kiszzonej (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 PHILADELFA (1szt)	

Wartość energetyczna: 2452 kcal
Białka: 91,76 g
Tłuszcze: 85,73 g
Węglowodany: 316,68 g
Błonnik: 37,43 g

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

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

2026-08-01

śniadanie	alergeny
twaróg z zieloną (90g)	mleko
łopata prasowana (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	gluten
duszone (400ml)	
ziemniaki (120g)	
surówka wielowarzywna (zawiera seler) (100g)	mleko, seler
kompot wielowocowy (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
jabłko deserowe (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2396 kcal
Białka: 99,78 g
Tłuszcze: 89,25 g
Węglowodany: 291,27 g
Błonnik: 28,18 g

2026-08-02

śniadanie	alergeny
rolada schabowa (40g)	mleko, soja
kurczak gotowany (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 neapolitanka z makaronem (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
	gorczyca, jaja, seler
sałatka jarzynowa 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: 2589 kcal
Białka: 106,17 g
Tłuszcze: 88,57 g
Węglowodany: 337,21 g
Błonnik: 38,54 g

2026-08-03

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki kukurydziane (350ml)	mleko
tuńczyk w oleju (50g)	
polędwica drobiowa (30g)	gluten, mleko, soja
surówka z cukinii (80 g)	
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
żurek zabieleny (400ml)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
	gluten, mleko
gołąbki z mięsa i ryżu w sosie pomidorowym (190g)	
ziemniaki (120g)	
sałata z jogurtem (50g)	mleko
kompot wielowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka z czerwonej fasoli, porów i pieczarek (100g)	gorczyca, jaja
kiełbasa borowiaka (50g)	gluten, gorczyca, soja
	gluten, sezam, soja
pieczywo mieszane (100g)	mleko
masło (10g)	
herbata ex (250ml)	
jabłko deserowe (1 szt)	
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: 2026-07-29 do dnia: 2026-08-07
Zestaw posiłków: Ogólna

Wartość energetyczna: 2634 kcal
Białka: 119,88 g
Tłuszcze: 94 g
Węglowodany: 356,42 g
Błonnik: 34,52 g

2026-08-04	
śniadanie	alergeny
serek homogenizowany smakowy (150g/1 szt)	mleko
kielbasa szynkówka (40g)	gorczyca, 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
dżem (30g)	
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa włoska zabelana (400ml)	gluten, mleko, seler
naleśniki z twarogiem z jogurtem i brzoskwinia (2 szt/280g)	dwutlenek siarki, gluten, jaja, mleko, orzechy, sezam, soja
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
wątroba drobiowa z cebulą (może zawierać mąkę pszenną) (130g)	gluten
ser topiony w plastrach (32g/ 2 szt)	mleko
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	

PN	alergeny
jabłko deserowe (1 szt)	
Wartość energetyczna: 3073 kcal	
Białka: 138,57 g	
Tłuszcze: 110,17 g	
Węglowodany: 381,13 g	
Błonnik: 28,21 g	

2026-08-05	
śniadanie	alergeny
zupa mleczna - zacierka na mleku (350ml)	gluten, jaja, 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 kapuśniak ze słodkiej kapusty (400 ml)	gluten, seler
roladka ze schabu z brokułem duszona (100g)	gluten
ziemniaki (120g)	
mizeria z ogórka świeżego (100g)	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
rzodkiewka (50g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 2397 kcal
Białka: 100,53 g
Tłuszcze: 89,49 g
Węglowodany: 294,66 g
Błonnik: 27,64 g

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

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

2026-08-06

śniadanie	alergeny
twaróg (90g)	mleko
pieczeń wiejska (40g)	dwutlenek siarki, gluten, 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 botwinka z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
filet z kurczaka w sosie śmietanowym (70g)	gluten, mleko
ryż na sypko (80g)	
sałatka z jabłka i czarnej porzeczki (100g)	mleko
woda z cytryną (200 ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka z sera żółtego i kapusty pekińskiej (110g)	gorczyca, jaja, mleko
szynka konserwowa (50g)	gluten, gorczyca, mleko, seler, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
jogurt naturalny (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 2539 kcal
Białka: 115,81 g
Tłuszcze: 96,98 g
Węglowodany: 330,24 g
Błonnik: 27,31 g

2026-08-07

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - kasza manna (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 (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa z soczewicy i pomidorów (450 ml)	seler
ryba smażona (120g)	gluten, jaja, mleko, ryby, soja
ziemniaki (120g)	
surówka z kapusty kiszzonej (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
serek PHILADELFA (1szt)	

Wartość energetyczna: 3399 kcal
Białka: 117 g
Tłuszcze: 124,07 g
Węglowodany: 385,34 g
Błonnik: 31,82 g

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

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

2026-07-29

śniadanie	alergeny
Zupa mleczna - kasza jaglana (350 ml)	mleko
pasta z jaj i zieleniny (80g)	gorczyca, jaja
kielbasa rawska (zawiera soja białko sojowe, mąkę pszenną) (30g)	
kiełki 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)	
mizéria z ogórka świeżego (100g)	mleko
woda z cytryną (200 ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka z ryby pieczonej z ryby warzywami i olejem (100g)	
schab drobiowy z majerankiem (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

Wartość energetyczna: 2471 kcal
Białka: 108,91 g
Tłuszcze: 85,29 g
Węglowodany: 327,18 g
Błonnik: 24,92 g

2026-07-30

śniadanie	alergeny
twaróg (90g)	mleko
pieczeń wiejska (40g)	dwutlenek siarki, gluten, soja
pomidory w jogurcie (80g)	mleko
pieczywo mieszane (400ml)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kakao na mleku (250 ml)	mleko
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
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
kielbasa szynkowa (50g)	gluten, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
jogurt naturalny (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 2090 kcal
Białka: 101,91 g
Tłuszcze: 70,74 g
Węglowodany: 273,97 g
Błonnik: 27,23 g

2026-07-31

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki owsiane (350ml)	gluten, mleko
jajko gotowane (1 szt)	jaja
połędwiczanka 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 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)	
kielbasa krakowska (50g)	soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek PHILADELFA (1szt)	

Wartość energetyczna: 2369 kcal
Białka: 87,69 g
Tłuszcze: 83,7 g
Węglowodany: 307,31 g
Błonnik: 32,74 g

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

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

2026-08-01

śniadanie	alergeny
twarożek z zieleniną (90g)	mleko
łopatka prasowana (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 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/ 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: 2411 kcal
Białka: 99,1 g
Tłuszcze: 90,07 g
Węglowodany: 294,08 g
Błonnik: 28,37 g

2026-08-02

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 neapolitanka z makaronem (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 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

Wartość energetyczna: 2525 kcal
Białka: 104,76 g
Tłuszcze: 84,47 g
Węglowodany: 332,12 g
Błonnik: 36,38 g

2026-08-03

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki kukurydziane (350ml)	mleko
tuńczyk w oleju (50g)	
połędwica drobiowa (30g)	gluten, mleko, soja
surówka z cukinii (80 g)	
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa żurek zabieleny (400ml)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
risotto mięsno-jarzynowe w sosie pomidorowym (150g)	gluten, mleko, seler
ziemniaki (120g)	
sałata z jogurtem (50g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka z jajek, ciecierzycy i ogórków kiszonych z sosem majonezowo - jogurtowym (100g)	dwutlenek siarki, gorczyca, jaja, 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)	

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

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

Wartość energetyczna: 2465 kcal
Białka: 115,38 g
Tłuszcze: 81,33 g
Węglowodany: 344,72 g
Błonnik: 26,39 g

2026-08-04	
śniadanie	alergeny
serek homogenizowany smakowy (150g/1 szt)	mleko
kielbasa szynkówka (40g)	gorczyca, 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
dżem (30g)	
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa włoska zabelana (400ml)	gluten, mleko, seler
naleśniki z twarogiem z jogurtem i brzoskwinia (2 szt/280g)	dwutlenek siarki, gluten, jaja, mleko, orzechy, sezam, soja
kompot wielowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
wątroba drobiowa z jabłkami (130g)	gluten
ser Deliser- plastry (35g/ 2 szt)	
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny

jabłko deserowe (1 szt)

Wartość energetyczna: 2959 kcal
Białka: 133,73 g
Tłuszcze: 98,92 g
Węglowodany: 382,35 g
Błonnik: 28,16 g

2026-08-05	
śniadanie	alergeny
zupa mleczna - zacierka na mleku (350ml)	gluten, jaja, mleko
pasztetowa (50g)	gluten, gorczyca, seler, soja
kielbasa żywiecka (30g)	soja
kiełki 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 kapuśniak ze słodkiej kapusty (400 ml)	gluten, seler
roladka ze schabu z brokułem duszona (100g)	gluten
ziemniaki (120g)	
mizeria z ogórka świeżego (100g)	
kompot wielowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
pasta z ryby (70g)	gorczyca, jaja, ryby
schab drobiowy z majerankiem (30g)	gluten, mleko, soja
rzodkiewka (50g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 2397 kcal
Białka: 100,53 g
Tłuszcze: 89,49 g
Węglowodany: 294,66 g
Błonnik: 27,64 g

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

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

2026-08-06

śniadanie	alergeny
twaróg (90g)	mleko
pieczeń wiejska (40g)	dwutlenek siarki, gluten, 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 botwinka z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
filet z kurczaka w sosie śmietanowym (70g)	gluten, mleko
ryż na sypko (80g)	
sałatka z jabłka i czarnej porzeczki (100g)	mleko
woda z cytryną (200 ml)	
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
jogurt naturalny (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 2397 kcal
Białka: 113,9 g
Tłuszcze: 85,13 g
Węglowodany: 325,58 g
Błonnik: 23,29 g

2026-08-07

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - kasza manna (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 (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa z soczewicy i pomidorów (450 ml)	seler
ryba pieczona w jarzynach ryby (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
kiełbasa krakowska (30g)	soja
sałata vinegret (30g)	gorczyca
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek PHILADELFA (1szt)	

Wartość energetyczna: 2976 kcal
Białka: 117 g
Tłuszcze: 88,95 g
Węglowodany: 361,78 g
Błonnik: 34,55 g

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

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

2026-07-29

śniadanie	alergeny
pasta z jaj i zieleniny (80g)gorczyca, jaja kielbasa rawska (zawiera soja białko sojowe, mąkę pszenną) (30g) kietki warzyw (10g) pieczywo razowe (80g)	
	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 śliwkowa z makaronem (400ml) schab duszony w sosie własnym (70g) ziemniaki (80g) mizeria z ogórka świeżegomleko (100g) woda z cytryną (200 ml) przyprawy ()	
	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
sok z jabłek (100 ml)	
kolacja	alergeny
sałatka z ryby pieczonej z ryby warzywami i olejem (100g) schab drobiowy z majerankiem (50g) pieczywo razowe (80g)	
	gluten, mleko, soja gluten, sezam, soja mleko
masło (10g) herbata ex (250ml) jabłko deserowe (1 szt)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 2064 kcal
Białka: 97,14 g
Tłuszcze: 83,53 g
Węglowodany: 240,76 g
Błonnik: 25,86 g

2026-07-30

śniadanie	alergeny
twaróg (90g) pieczeń wiejska (40g)	
	mleko dwutlenek siarki, gluten, soja
pomidory w jogurcie (80g) pieczywo razowe (80g)	
	mleko gluten, sezam, soja mleko
masło (20g) Kakao na mleku (250ml) sałata - dekoracja (20g)	
	mleko
II śniadanie	alergeny
sałatka owocowa (50g)	
obiad	alergeny
zupa porowa z grzankami (400ml) filet z kurczaka duszony (70g) ziemniaki (80g) surówka z marchwi (100g) kompot wieloowocowy (220ml) przyprawy ()	
	gluten, mleko gluten jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
budyń (100g)	gluten, jaja, mleko
kolacja	alergeny
sałatka z brokuła (100g) kielbasa szynkowa (50g) pieczywo razowe (80g)	
	jaja, mleko gluten, soja gluten, sezam, soja mleko
masło (10g) herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
jogurt naturalny (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 1648 kcal
Białka: 95,52 g
Tłuszcze: 71,78 g
Węglowodany: 170,54 g
Błonnik: 23,77 g

2026-07-31

śniadanie	alergeny
jajko gotowane (1 szt) połudwiczanka z warzywami (40g) sałatka z ogórka zielonego i kukurydzy (80g) pieczywo razowe (80g)	
	jaja gluten, gorczyca, soja 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) ryba w sosie koperkowym D (80g) ziemniaki (80g) surówka z kapusty kiszzonej (100g) kompot wieloowocowy (220ml) przyprawy ()	
	mleko, seler gluten, mleko, ryby jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
jabłko deserowe (1 szt)	
kolacja	alergeny
sałatka grecka (100g) kielbasa krakowska (50g) pieczywo razowe (80g)	
	soja gluten, sezam, soja mleko
masło (10g) herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek PHILADELFIA (1szt)	

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

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

Wartość energetyczna: 1827 kcal
Białka: 75,18 g
Tłuszcze: 80 g
Węglowodany: 197,03 g
Błonnik: 29,46 g

2026-08-01	
śniadanie	alergeny
twarożek z zieleniną (90g)	mleko
łopatka prasowana (40g)	gluten, soja
surówka wiosenna (70g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
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 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
kisiel z jabłkami (200g)	
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)	
PN	alergeny

jabłko deserowe (1 szt)

Wartość energetyczna: 2015 kcal
Białka: 94,79 g
Tłuszcze: 91,8 g
Węglowodany: 197,09 g
Błonnik: 27,04 g

2026-08-02	
śniadanie	alergeny
rolada schabowa (40g)	mleko, soja
kurczak gotowany (40g)	
serek tartar (20g)	mleko
sałatka z pomidorów (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 neapolitanka z makaronem (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 wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
koktail pomidorowy (150 ml)	mleko
kolacja	alergeny
szynka z komina (70g)	gluten, gorczyca, mleko, seler, soja
sałatka jarzynowa 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

Wartość energetyczna: 2086 kcal
Białka: 104,69 g
Tłuszcze: 90,95 g
Węglowodany: 218,76 g
Błonnik: 36,03 g

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

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

2026-08-03	
śniadanie	alergeny
tuńczyk w oleju (50g)	gluten, mleko, soja
polędwica drobiowa (30g)	
curówka 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 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
sok z buraka (100 ml)	
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
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
jabłko deserowe (1 szt)	
PN	alergeny

serek PHILADELFA (1szt)

Wartość energetyczna: 1930 kcal
Białka: 106 g
Tłuszcze: 72,11 g
Węglowodany: 241,19 g
Błonnik: 33,83 g

2026-08-04	
śniadanie	alergeny
kielbasa szynkowa (40g)	gorczyca, soja
jajko gotowane (1 szt)	jaja
kabanosy (20g)	gluten, gorczyca, mleko, orzechy, seler, soja
sałata lodowa z pomidorami, fetą i oliwkami (80g)	mleko
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kawa zbożowa mleczna (250ml)	
marchew - dekoracja (20g)	gluten, mleko
II śniadanie	alergeny
serek homogenizowany naturalny (150g/1 szt)	mleko
obiad	alergeny
zupa włoska zabieleny (400ml)	gluten, mleko, seler
naleśniki z twarogiem i sosem jogurtowym (2 szt/280g)	gluten, jaja, mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
kisiel z jabłkami (200g)	
kolacja	alergeny
wątroba drobiowa z jabłkami (130g)	gluten
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: 2483 kcal	
Białka: 128,55 g	
Tłuszcze: 100,61 g	
Węglowodany: 270,13 g	
Błonnik: 27,89 g	

2026-08-05	
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)	
sałata - dekoracja (20g)	
marchew - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
jogurt naturalny (1 szt)	mleko
obiad	alergeny
zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty (400 ml)	gluten, seler
roladka ze schabu z brokułem duszona (100g)	gluten
ziemniaki (80g)	
mizeria z ogórka świeżegomleko (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
sok z marchwi (100 ml)	
kolacja	alergeny
pasta z ryby (70g)	gorczyca, jaja, ryby
schab drobiowy z majerankiem (30g)	gluten, mleko, soja
rzodkiewka (50g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
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: 2026-07-29 do dnia: 2026-08-07
Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

Wartość energetyczna: 1921 kcal
Białka: 91,19 g
Tłuszcze: 88,16 g
Węglowodany: 185,23 g
Błonnik: 33,95 g

2026-08-06	
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 botwinka z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
filet z kurczaka duszony (70g)	gluten
ryż brązowy na sypko (80g)	
sałatka z jabłka i czarnej porzeczki (100g)	mleko
woda z cytryną (200 ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
Koktajl pomidorowy (180 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
jogurt naturalny (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 1991 kcal
Białka: 105,84 g
Tłuszcze: 81,52 g
Węglowodany: 241,82 g
Błonnik: 27,26 g

2026-08-07	
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 soczewicy i pomidorów (450 ml)	seler
ryba pieczona w jarzynach ryby (110g ryba/80g jarzy)	
ziemniaki (80g)	
surówka z kapusty kiszzonej (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
nektarynka (1szt)	
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)	

Wartość energetyczna: 2407 kcal
Białka: 101,29 g
Tłuszcze: 86,43 g
Węglowodany: 244,38 g
Błonnik: 30,38 g