

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

Jadłospis od dnia: 2026-09-17 do dnia: 2026-09-26
Zestaw posiłków: Ogólna

2026-09-17	
śniadanie	alergeny
ser żółty (70g)	mleko
sałatka z cebuli i koncentratu pomidorowego (30g)	
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 pieczarkowa z kaszą (400ml)	gluten, mleko, seler
udko drobiowe pieczone (1 szt)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
ziemniaki (120g)	
sałatka z buraków, papryki	gorczyca, jaja
kons, pora (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka rуска z olejem (150g)	gorczyca
kiełbasa szynkowa (50g)	gorczyca, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
kefir 150g (1szt)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 2976 kcal
Białka: 138,85 g
Tłuszcze: 130,94 g
Węglowodany: 306,77 g
Błonnik: 32,45 g

2026-09-18	
śniadanie	alergeny
zupa mleczna - zacierka na mleku (350ml)	gluten, jaja, mleko
jajko gotowane (1 szt)	jaja
polędwiczanka z warzywami (40g)	gluten, gorczyca, soja
sałatka z ogórka zielonego (60g)	
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa grochowa z ziemniakami (400ml)	gluten, seler
ryba smażona (120g)	gluten, jaja, mleko, ryby, soja
ziemniaki (120g)	
surówka z kapusty kiszonej (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
pierogi leniwe (250g)	jaja, mleko
kiełbasa krakowska (30g)	soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
jabłko pieczone po kapitańsku (150g)	
PN	alergeny
serek kanapkowy (szt.)	

Wartość energetyczna: 3381 kcal
Białka: 129,46 g
Tłuszcze: 121,39 g
Węglowodany: 423,22 g
Błonnik: 38,95 g

2026-09-19	
śniadanie	alergeny
twaróg z zieleniną (90g)	mleko
pieczeń wiejska (40g)	dwutlenek siarki, 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
szynka po cygańsku (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka warzywna D (120g)	seler
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
kiełbasa śląska pieczona z cebulą (1szt/90g)	gluten, soja
musztarda (20g)	gorczyca
ser Deliser- plastry (35g/ 2 szt)	mleko
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek 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: 2026-09-17 do dnia: 2026-09-26
Zestaw posiłków: Ogólna

Wartość energetyczna: 2412 kcal
Białka: 105,25 g
Tłuszcze: 96,09 g
Węglowodany: 278,79 g
Błonnik: 26,94 g

2026-09-20	
śniadanie	alergeny
schab cygański okopcony (40g)	
połędwica wiśniowa (40g)	
ser camembert (20g)	mleko
pomidor ze szczypiorkiem (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
miód naturalny (20g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa koperkowa z ryżem (400ml)	gluten, mleko, seler
bitka z karkówki w sosie pieczarkowym (70g)	gluten, mleko
ziemniaki (120g)	
surówka z marchwi i jabłka (90g)	
brokuł z masłem (60g)	gluten, soja
kompot wielowocowy (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: 2732 kcal
Białka: 98,7 g
Tłuszcze: 102,65 g
Węglowodany: 326,85 g
Błonnik: 35,92 g

2026-09-21	
śniadanie	alergeny
Zupa mleczna - kasza jaglana (350 ml)	mleko
tuńczyk w oleju (50g)	
mielonka (30g)	gluten, soja
surówka z selera	mleko
naciowego i rzodkwi z jogurtem (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 jarzynowa czysta (400 ml)	
spagetti z mięsem (240g)	gluten
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
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 almette (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2469 kcal
Białka: 104,89 g
Tłuszcze: 89,92 g
Węglowodany: 316,04 g
Błonnik: 31,63 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-09-17 do dnia: 2026-09-26
Zestaw posiłków: Ogólna

2026-09-22

śniadanie	alergeny
serek wiejski (1szt)	
polędwica sopocka (50g)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
papryka świeża (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 marchwi z grzankami (400)	gluten, mleko, seler
sznycel z piersi kurczaka (120g)	gluten, jaja, mleko, soja
ziemniaki (120g)	
sałatka z jabłka i czarnej porzeczki (100g)	mleko
woda z cytryną (200 ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
zapiekanka z ryżu twarogu (150g)	jaja, mleko
kiełbasa szynkowa (30g)	gluten, soja
rzodkiewka (50g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 2582 kcal
Białka: 110,66 g
Tłuszcze: 96,79 g
Węglowodany: 325,89 g
Błonnik: 28,3 g

2026-09-23

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki kukurydziane (350ml)	mleko
kiełbasa rawska (50g)	soja
ser żółty (30g)	mleko
kiełki 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)	
surówka z kapusty pekińskiej (100g)	
kompot wielowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
ryba w galarecie z cytryną (75g ryba/180g)	jaja, mleko, ryby, seler, soja
sos tatarski (120g)	gorczyca, jaja
polędwica drobiowa (30g)	gluten, mleko, soja
sałata vinegret (30g)	gorczyca
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek kanapkowy (szt.)	

Wartość energetyczna: 2747 kcal
Białka: 148,11 g
Tłuszcze: 110,1 g
Węglowodany: 320,42 g
Błonnik: 31,6 g

2026-09-24

śniadanie	alergeny
twaróg (90g)	mleko
salceson wiejski (40g)	
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 neapolitanka z makaronem (400ml)	gluten, mleko, seler
roladka z drobiu ze szpinakiem (100g)	gluten, mleko
ziemniaki (120g)	
buraki saute (120g)	gluten
kompot wielowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka ziemniaczana z warzywami (180g)	seler
łopatka prasowana (50g)	gluten, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
kefir 150g (1szt)	

Wartość energetyczna: 2616 kcal
Białka: 114,35 g
Tłuszcze: 95,44 g
Węglowodany: 333,2 g
Błonnik: 32,88 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-09-17 do dnia: 2026-09-26
Zestaw posiłków: Ogólna

2026-09-25

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki owsiane (350ml)	gluten, mleko
jajko mollet (2 szt)	jaja
szczypior w majonezie (30g)	gorczyca, jaja, mleko
serek almette (1 szt)	
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 fasolowa z ziemniakami (400ml)	gluten, seler
ryba pieczona w sosie maślano cytrynowym (100g)	gluten, mleko, ryby
ziemniaki (120g)	
surówka z kapusty mieszanej (110g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
Ryż ze śliwkami (150g)	
kiełbasa krakowska (30g)	soja
surówka z rzodkwi białej (50g)	mleko
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek PHILADELFA (1szt)	

Wartość energetyczna: 3077 kcal
Białka: 113,29 g
Tłuszcze: 115,61 g
Węglowodany: 368,63 g
Błonnik: 47,54 g

2026-09-26

śniadanie	alergeny
twarożek z koprem (90g)	mleko
kiełbasa szynkowa (40g)	gorczyca, soja
surówka letnia (70g)	mleko
pieczywo mieszane (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa selerowa z makaronem (400ml)	gluten, mleko, seler
bitka z szynki wieprzowej duszona (400ml)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka wielowarzywna (zawiera seler) (100g)	mleko, 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/ 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: 2542 kcal
Białka: 111 g
Tłuszcze: 93,52 g
Węglowodany: 333,51 g
Błonnik: 33,63 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-09-17 do dnia: 2026-09-26
Zestaw posiłków: Lekkostrawna

2026-09-17

śniadanie	alergeny
szynka biesiadna (50g)	
ser Deliser- plastry (35g/ 2mleko szt)	
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 krupnik z kaszy	seler
pęczak (400ml)	
udko drobiowe pieczone (1 szt)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
ziemniaki (120g)	
sałatka z buraków i ogórków kisz (120g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
pierogi leniwe (250g)	jaja, mleko
kiełbasa szynkówka (30g)	gorczyca, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
jabłko pieczone (1 szt/140g)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 3031 kcal
Białka: 143,83 g
Tłuszcze: 106,23 g
Węglowodany: 366,6 g
Błonnik: 36,07 g

2026-09-18

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - zacierka na mleku (350ml)	gluten, jaja, mleko
jajko gotowane (1 szt)	jaja
polędwiczanka z warzywami (40g)	gluten, gorczyca, soja
sałatka z ogórka zielonego (60g)	
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 z zielonego groszku z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, 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
sałatka grecka (100g)	
kiełbasa krakowska (50g)	soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
kefir 150g (1szt)	
PN	alergeny
serek kanapkowy (szt.)	

Wartość energetyczna: 2467 kcal
Białka: 112,78 g
Tłuszcze: 92,66 g
Węglowodany: 291,27 g
Błonnik: 32,13 g

2026-09-19

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)	
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa grysikowa (400ml)	gluten, seler
szynka po cygańsku (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka warzywna D (120g)	seler
kompot wieloowocowy (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/ 2mleko szt)	
ogórek kiszony (80g)	
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: 2026-09-17 do dnia: 2026-09-26
Zestaw posiłków: Lekkostrawna

Wartość energetyczna: 2434 kcal
Białka: 102,34 g
Tłuszcze: 100,83 g
Węglowodany: 280,44 g
Błonnik: 26,62 g

2026-09-20	
śniadanie	alergeny
schab cygański okopcony (40g)	
połędwica wiśniowa (40g)	
serek tartar (20g)	mleko
pomidory (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
miód naturalny (20g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa koperkowa z ryżem (400ml)	gluten, mleko, seler
bitka ze schabu duszona (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka z marchwi i jabłka (90g)	
brokuł 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: 2451 kcal
Białka: 96,89 g
Tłuszcze: 81,33 g
Węglowodany: 321,13 g
Błonnik: 32,76 g

2026-09-21	
śniadanie	alergeny
Zupa mleczna - kasza jaglana (350 ml)	mleko
tuńczyk w oleju (50g)	
mielonka (30g)	gluten, soja
surówka z selera	mleko
naciowego i rzodkwi z jogurtem (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 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 jajek, ciecierzycy i ogórków kiszonych z sosem majonezowo - jogurtowym (100g)	dwutlenek siarki, gorczyca, jaja, mleko
kiełbasa borowiaka (50g)	gluten, gorczyca, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
jabłko deserowe (1 szt)	
PN	alergeny
serek almette (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2384 kcal
Białka: 105,21 g
Tłuszcze: 83,58 g
Węglowodany: 309,78 g
Błonnik: 29,91 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-09-17 do dnia: 2026-09-26
Zestaw posiłków: Lekkostrawna

2026-09-22

śniadanie	alergeny
serek wiejski (1szt)	
polędwica sopocka (50g)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
pomidory (80g)	
pieczywo mieszane (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kawa zbożowa mleczna (250ml)	gluten, mleko
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa z marchwi z grzankami (400)	gluten, mleko, seler
bitka drobiowa duszona (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
sałatka z jabłka i czarnej porzeczki (100g)	mleko
woda z cytryną (200 ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
zapiekanka z ryżu twarogu (150g)	jaja, mleko
kiełbasa szynkowa (30g)	gluten, soja
rzodkiewka (50g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 2296 kcal
Białka: 108,67 g
Tłuszcze: 73,91 g
Węglowodany: 308,39 g
Błonnik: 26,96 g

2026-09-23

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki kukurydziane (350ml)	mleko
kiełbasa rawska (50g)	soja
ser żółty (30g)	mleko
kiełki 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 zabielenia (400ml)	gluten, mleko, seler
gulasz mięsny z jarzynami (65g mięso/200ml jarz)	gluten
kasza gryczana (100g)	
surówka z kapusty pekińskiej (100g)	
kompot wielowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
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 mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek kanapkowy (szt.)	

Wartość energetyczna: 2671 kcal
Białka: 148,46 g
Tłuszcze: 100,39 g
Węglowodany: 322,95 g
Błonnik: 32,08 g

2026-09-24

śniadanie	alergeny
twaróg (90g)	mleko
salceson z indyka (50g)	gluten, mleko, soja
pomidory (80g)	
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kakao na mleku (250 ml)	mleko
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa neapolitanka z makaronem (400ml)	gluten, mleko, seler
roladka z drobiu ze szpinakiem (100g)	gluten, mleko
ziemniaki (120g)	
buraki saute (120g)	gluten
kompot wielowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka ziemniaczana z warzywami (180g)	seler
łopatka prasowana (50g)	gluten, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
kefir 150g (1szt)	

Wartość energetyczna: 2512 kcal
Białka: 116,68 g
Tłuszcze: 83,2 g
Węglowodany: 332,28 g
Błonnik: 32,89 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-09-17 do dnia: 2026-09-26
Zestaw posiłków: Lekkostrawna

2026-09-25

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki owsiane (350ml)	gluten, mleko
jajko mollet (2 szt)	jaja
sos pietruszkowy (30g)	gorczyca, jaja, mleko
serek almette (1 szt)	
sałatka z ogórka zielonego i kukurydzy (80g)	
pieczywo mieszane (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (400ml)	
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami (400ml)	seler
ryba pieczona w sosie maślano cytrynowym (100g)	gluten, mleko, ryby
ziemniaki (120g)	
surówka z kapusty mieszanej (110g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
Ryż ze śliwkami (150g)	
kiełbasa krakowska (30g)	soja
surówka z rzodkwi białej (50g)	mleko
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek PHILADELFIA (1szt)	

Wartość energetyczna: 2741 kcal
Białka: 99,98 g
Tłuszcze: 101,5 g
Węglowodany: 342,26 g
Błonnik: 33,84 g

2026-09-26

śniadanie	alergeny
twarożek z koprem (90g)	mleko
kiełbasa szynkówka (40g)	gorczyca, soja
surówka letnia (70g)	mleko
pieczywo mieszane (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
marchew - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa selerowa z makaronem (400ml)	gluten, mleko, 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
pasztet z kaszy gryczanej z mięsem i warzywami (110g)	gluten, jaja
sos jogurtowy z czosnkiem (15g)	gorczyca, jaja, mleko
ser Deliser- plastry (35g/ 2 szt)	mleko
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
jabłko deserowe (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2542 kcal
Białka: 111 g
Tłuszcze: 93,52 g
Węglowodany: 333,51 g
Błonnik: 33,63 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-09-17 do dnia: 2026-09-26
Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

2026-09-17	
śniadanie	alergeny
szynka biesiadna (50g)	
ser Deliser- plastry (35g/ 2 mleko 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	seler
pęczak (400ml)	
udko drobiowe pieczone (1 szt)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
ziemniaki (80g)	
sałatka z buraków i ogórków kisz (120g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
sok z marchwi (100 ml)	
kolacja	alergeny
pierogi leniwe (170g)	jaja, mleko
kielbasa szynkowa (30g)	gorczyca, soja
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
jabłko pieczone z cynamonem (150g)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 2526 kcal
Białka: 137,75 g
Tłuszcze: 105,94 g
Węglowodany: 245,37 g
Błonnik: 41,63 g

2026-09-18	
śniadanie	alergeny
jajko gotowane (1 szt)	jaja
połędwiczanka z warzywami (40g)	gluten, gorczyca, soja
sałatka z ogórka zielonego (60g)	
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 z zielonego groszku z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, 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
sałatka owocowa (50g)	
kolacja	alergeny
sałatka grecka (100g)	
kielbasa krakowska (50g)	soja
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
kefir 150g (1szt)	
PN	alergeny
serek kanapkowy (szt.)	

Wartość energetyczna: 1951 kcal
Białka: 101,14 g
Tłuszcze: 90,87 g
Węglowodany: 181,3 g
Błonnik: 29,56 g

2026-09-19	
śniadanie	alergeny
twaróg 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)	
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
szynka po cygańsku (70g)	gluten
ziemniaki (80g)	
surówka warzywna D (120g)	seler
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
kisiel z jabłkami (200g)	
kolacja	alergeny
kielbasa parówkowa na gorąco (1 szt/90g)	gluten, soja
sos ketchup (20g)	gorczyca
ser Deliser- plastry (35g/ 2 mleko szt)	
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny

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

Jadłospis od dnia: 2026-09-17 do dnia: 2026-09-26
Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

serek PHILADELFIA
(1szt)

Wartość energetyczna: 2072 kcal
Białka: 98,15 g
Tłuszcze: 102,62 g
Węglowodany: 192,04 g
Błonnik: 25,89 g

2026-09-20	
śniadanie	alergeny
schab cygański okopcony (40g)	
polędwica 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
bitka ze schabu duszona (70g)	gluten
ziemniaki (80g)	
surówka z marchwi i jabłka (90g)	
brokuł 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)	
arbuz (250g)	
PN	alergeny
jogurt naturalny (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 2058 kcal
Białka: 98,51 g
Tłuszcze: 80,5 g
Węglowodany: 235,34 g
Błonnik: 37,6 g

2026-09-21	
śniadanie	alergeny
tuńczyk w oleju (50g)	
mielonka (30g)	gluten, soja
surówka z selera	mleko
naciowego i rzodkwi z jogurtem (70g)	
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 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
kisiel z jabłkami (200g)	
kolacja	alergeny
sałatka z jajek, ciecierzycy i ogórków kiszonych z sosem majonezowo - jogurtowym (100g)	dwutlenek siarki, gorczyca, jaja, mleko
kielbasa borowiaka (50g)	gluten, gorczyca, soja
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
jabłko deserowe (1 szt)	
PN	alergeny

serek almette (1 szt)

Wartość energetyczna: 1817 kcal
Białka: 87,53 g
Tłuszcze: 76,83 g
Węglowodany: 194,49 g
Błonnik: 23,35 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-09-17 do dnia: 2026-09-26
Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

2026-09-22	
śniadanie	alergeny
serek wiejski (1szt)	
połudwica sopocka (50g)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
pomidory (80g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kawa zbożowa mleczna (250ml)	gluten, mleko
sałata - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
parówka (1 szt)	gluten, soja
sałata zielona (20g)	
pieczywo razowe (20g)	gluten, sezam, soja
obiad	alergeny
zupa z marchwi z grzankami (400)	gluten, mleko, seler
bitka drobiowa duszona (70g)	gluten
ziemniaki (80g)	
sałatka z jabłka i czarnej porzeczki (100g)	mleko
woda z cytryną (200 ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
koktail pomidorowy (150 ml)	mleko
kolacja	alergeny
zapiekanka z ryżu brązowego i twarogu (150g)	jaja, mleko
kielbasa szynkowa (30g)	gluten, soja
rzodkiewka (50g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko

herbata ex (250ml)

PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 1953 kcal
Białka: 107,5 g
Tłuszcze: 85,69 g
Węglowodany: 221,76 g
Błonnik: 30,85 g

2026-09-23	
śniadanie	alergeny
kielbasa rawska (50g)	soja
ser żółty (30g)	mleko
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)	
surówka z kapusty pekińskiej (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
sok z jabłek (100 ml)	
kolacja	alergeny
ryba w galarecie z cytryną (75g ryba/180g)	jaja, mleko, ryby, seler, soja
sos tatarski D (120g)	jaja, mleko
połudwica drobiowa (30g)	gluten, mleko, soja
sałata vinegret (30g)	gorczyca
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek kanapkowy (szt.)	

Wartość energetyczna: 2236 kcal
Białka: 137,28 g
Tłuszcze: 99,32 g
Węglowodany: 232,12 g
Błonnik: 34,19 g

2026-09-24	
śniadanie	alergeny
twaróg (90g)	mleko
salceson z indyka (50g)	gluten, mleko, soja
pomidory (80g)	
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 neapolitanka z makaronem (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 ziemniaczana z warzywami (180g)	seler
łopatka prasowana (50g)	gluten, soja
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
kefir 150g (1szt)	

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

Jadłospis od dnia: 2026-09-17 do dnia: 2026-09-26
Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

Wartość energetyczna: 2069 kcal
Białka: 109,93 g
Tłuszcze: 84,2 g
Węglowodany: 228,71 g
Błonnik: 29,33 g

2026-09-25	
śniadanie	alergeny
jajko mollet (2 szt)	jaja
sos pietruszkowy (30g)	gorczyca, jaja, mleko
serek almette (1 szt)	
sałatka z ogórka zielonego i kukurydzy (80g)	gluten, sezam, soja
pieczywo razowe (80g)	mleko
masło (20g)	
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 sosie maślano cytrynowym (100g)	gluten, mleko, ryby
ziemniaki (80g)	
surówka z kapusty mieszanej (110g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
sok z marchwi (100 ml)	
kolacja	alergeny
Ryż brązowy ze śliwkami (150g)	
kiełbasa krakowska (30g)	soja
surówka z rzodkwi białej (50g)	mleko
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	

PN	alergeny
serek PHILADELFIA (1szt)	
Wartość energetyczna: 2232 kcal	
Białka: 90,43 g	
Tłuszcze: 96,98 g	
Węglowodany: 230,87 g	
Błonnik: 42,21 g	

2026-09-26	
śniadanie	alergeny
twarożek z koprem (90g)	mleko
kiełbasa szynkówka (40g)	gorczyca, soja
surówka letnia (70g)	mleko
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
marchew - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
ser żółty (30g)	mleko
sałata zielona (20g)	
pieczywo razowe (20g)	gluten, sezam, soja
obiad	alergeny
zupa selerowa z makaronem (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
kisiel z jabłkami (200g)	
kolacja	alergeny
pasztet z kaszy gryczanej z mięsem i warzywami (110g)	gluten, jaja
sos jogurtowy z czosnkiem (15g)	gorczyca, jaja, mleko
ser Deliser- plastry (35g/ 2 szt)	mleko
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko

herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
jabłko deserowe (1 szt)	
Wartość energetyczna: 2209 kcal	
Białka: 110,38 g	
Tłuszcze: 100,92 g	
Węglowodany: 235,95 g	
Błonnik: 32,3 g	