

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

Jadłospis od dnia: 2026-10-07 do dnia: 2026-10-16
Zestaw posiłków: Ogólna

2026-10-07	
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 ze szpinakiem (100g)	gluten, mleko
ziemniaki (120g)	
surówka z marchwi (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
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
sałata zielona (30g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek kanapkowy (szt.)	

Wartość energetyczna: 2471 kcal
Białka: 103,87 g
Tłuszcze: 87,48 g
Węglowodany: 290,93 g
Błonnik: 28,53 g

2026-10-08	
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 pieczarkowa z kaszą (400ml)	gluten, mleko, seler
udko drobiowe pieczone (1 szt)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
ziemniaki (120g)	
buraki saute (120g)	gluten
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka z sera żółtego i kapusty pekińskiej D (110g)	mleko
szynka konserwowa (50g)	gluten, gorczyca, mleko, seler, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
jabłko deserowe (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2749 kcal
Białka: 146,46 g
Tłuszcze: 100,57 g
Węglowodany: 310,28 g
Błonnik: 35,1 g

2026-10-09	
śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki owsiane (350ml)	gluten, mleko
jajko mollet (2 szt)	jaja
serek almette (1 szt)	
sałatka z ogórka zielonego i kukurydzy (80g)	
szcypior w majonezie (30g)	gorczyca, jaja, mleko
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
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
makaron z serem białym i boczkiem (240g)	gluten, mleko
kielbasa krakowska (30g)	soja
rzodkiewka (50g)	
pieczywo mieszane (100g)	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: 2026-10-07 do dnia: 2026-10-16
Zestaw posiłków: Ogólna

Wartość energetyczna: 2979 kcal
Białka: 120,56 g
Tłuszcze: 113,48 g
Węglowodany: 364,54 g
Błonnik: 34,27 g

2026-10-10	
śniadanie	alergeny
twarożek z zieleciną (90g)	mleko
salceson z indyka (40g)	gluten, mleko, 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 grysikowa (400ml)	gluten, seler
szynka po cygańsku (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka warzywna (120g)	gorczyca, seler
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
kaszanka zapiekana z cebulą (1 szt)	gluten, gorczyca
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: 2492 kcal
Białka: 113,4 g
Tłuszcze: 94,96 g
Węglowodany: 310 g
Błonnik: 31,67 g

2026-10-11	
śniadanie	alergeny
schab cygański okopcony (40g)	
połudwica wiśniowa (40g)	
ser camembert (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	gluten, mleko,
zabielana z makaronem (400ml)	seler
bitka z karkówki w sosie myśliwskim (70g)	gluten, gorczyca
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 włoska 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: 2738 kcal
Białka: 99,77 g
Tłuszcze: 101,6 g
Węglowodany: 330,53 g
Błonnik: 37,12 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-10-07 do dnia: 2026-10-16
Zestaw posiłków: Ogólna

2026-10-12	
śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki kukurydziane (350ml)	mleko
tuńczyk w oleju (50g)	
mielonka (30g)	gluten, soja
surówka z selera	mleko
naciowego i rzepy z jogurtem (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 ryżowa (400ml)	seler
pieczeń rzymska (90 g)	gluten, jaja, soja
ziemniaki (120g)	
surówka koperkowa (100g)	
kompot wieloowocowy (400ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
fasolka po bretońsku (200g)	gluten
ser żółty (40g)	mleko
rzodkiewka (50g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek kanapkowy (szt.)	

Wartość energetyczna: 2623 kcal
Białka: 115,39 g
Tłuszcze: 92,89 g
Węglowodany: 330,17 g
Błonnik: 42,17 g

2026-10-13	
śniadanie	alergeny
serek wiejski (1szt)	
południca 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 śliwkowa z makaronem (400ml)	gluten, mleko
sznycel z piersi kurczaka (120g)	gluten, jaja, mleko, soja
ziemniaki (120g)	
mizeria z ogórka świeżegomleko (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
szynka w galarecie z 1/2 jajka (70g/25g)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
sos tatarski (120g)	gorczyca, jaja
ser Deliser- plastry (35g/ 2 szt)	mleko
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
jabłko deserowe (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2854 kcal
Białka: 112,22 g
Tłuszcze: 109,19 g
Węglowodany: 362,3 g
Błonnik: 29,54 g

2026-10-14	
śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki owsiane (350ml)	gluten, mleko
kiełbasa rawska (50g)	soja
serek almette (1 szt)	
kiełki 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
pasta z ryby (70g)	gorczyca, jaja, ryby
południca drobiowa (30g)	gluten, mleko, soja
ogórek zielony z koprem (60g)	
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: 2026-10-07 do dnia: 2026-10-16
Zestaw posiłków: Ogólna

Wartość energetyczna: 2373 kcal
Białka: 126,09 g
Tłuszcze: 89,6 g
Węglowodany: 299,2 g
Błonnik: 26,14 g

2026-10-15	
śniadanie	alergeny
ser żółty (70g)	mleko
sałatka z cebuli i koncentratu pomidorowego (30g)	
pomidory w śmietanie (80g)	mleko
pieczywo mieszane (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kakao na mleku (250 ml)	mleko
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa barszcz czerwony z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
roladka z drobiu z brokułem (100g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka z selera (90g)	mleko, seler
kompot wielowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka rуска z olejem (150g)	gorczyca
łopatka prasowana (50g)	gluten, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
kefir 150g (1szt)	
PN	alergeny
serek tartar (20g)	mleko

Wartość energetyczna: 2771 kcal
Białka: 103,8 g
Tłuszcze: 102,93 g
Węglowodany: 342,7 g
Błonnik: 34,18 g

2026-10-16	
śniadanie	alergeny
zupa mleczna - makaron (350ml)	gluten, mleko
jajko gotowane (1 szt)	jaja
połędwiczanka z warzywami (40g)	gluten, gorczyca, soja
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 grochowa z ziemniakami (400ml)	gluten, seler
ryba smażona (120g)	gluten, jaja, mleko, ryby, soja
ziemniaki (120g)	
surówka z kapusty kiszonej (100g)	
kompot wielowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
pierogi leniwe (250g)	jaja, mleko
kielbasa 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: 3334 kcal
Białka: 130,27 g
Tłuszcze: 116,3 g
Węglowodany: 424,36 g
Błonnik: 37,96 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-10-07 do dnia: 2026-10-16
Zestaw posiłków: Lekkostrawna

2026-10-07	
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 ze szpinakiem (100g)	gluten, mleko
ziemniaki (120g)	
surówka z marchwi (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
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
sałata zielona (30g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek kanapkowy (szt.)	

Wartość energetyczna: 2471 kcal
Białka: 103,87 g
Tłuszcze: 87,48 g
Węglowodany: 290,93 g
Błonnik: 28,53 g

2026-10-08	
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 krupnik z kaszy	seler
pęczak (400ml)	
udko drobiowe pieczone (1 szt)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
ziemniaki (120g)	
buraki saute (120g)	gluten
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
sałatka z sera żółtego i kapusty pekińskiej D (110g)	mleko
szynka konserwowa (50g)	gluten, gorczyca, mleko, seler, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
jabłko deserowe (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2725 kcal
Białka: 144,43 g
Tłuszcze: 94,45 g
Węglowodany: 318,33 g
Błonnik: 35,57 g

2026-10-09	
śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki owsiane (350ml)	gluten, mleko
jajko mollet (2 szt)	jaja
serek almette (1 szt)	
sałatka z ogórka zielonego i kukurydzy (80g)	
sos pietruszkowy (30g)	gorczyca, jaja, mleko
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
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
makaron z twarogiem (160g)	gluten, mleko
kielbasa krakowska (30g)	soja
rzodkiewka (50g)	
pieczywo mieszane (100g)	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: 2026-10-07 do dnia: 2026-10-16
Zestaw posiłków: Lekkostrawna

Wartość energetyczna: 2693 kcal
Białka: 112,07 g
Tłuszcze: 91,16 g
Węglowodany: 352,44 g
Błonnik: 33,84 g

2026-10-10	
śniadanie	alergeny
twarożek z zieleniną (90g)	mleko
salceson z indyka (40g)	gluten, mleko, 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 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/ 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: 2461 kcal
Białka: 104,4 g
Tłuszcze: 95,65 g
Węglowodany: 299,14 g
Błonnik: 29,67 g

2026-10-11	
śniadanie	alergeny
schab cygański okopcony (40g)	
połudwica wiśniowa (40g)	
serek PHILADELFA (1szt)	
pomidory (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
miód naturalny (20g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	alergeny
zupa koperkowa	gluten, mleko,
zabielana z makaronem (400ml)	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 włoska 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: 2454 kcal
Białka: 99,02 g
Tłuszcze: 81,64 g
Węglowodany: 319,01 g
Błonnik: 33 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-10-07 do dnia: 2026-10-16

Zestaw posiłków: Lekkostrawna

2026-10-12

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki kukurydziane (350ml)	mleko
tuńczyk w oleju (50g)	
mielonka (30g)	gluten, soja
surówka z selera	mleko
naciowego i rzepy 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 ryżowa (400ml)	seler
pieczeń rzymska (90 g)	gluten, jaja, soja
ziemniaki (120g)	
surówka koperkowa (100g)	
kompot wielowocowy (400ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
budyń jaglany z truskawkami (150g)	mleko
kielbasa borowiaka (40g)	gluten, gorczyca, soja
rzodkiewka (50g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek kanapkowy (szt.)	

Wartość energetyczna: 2423 kcal
Białka: 95,66 g
Tłuszcze: 70,05 g
Węglowodany: 326,27 g
Błonnik: 26,47 g

2026-10-13

śniadanie	alergeny
serek wiejski (1szt)	
połudwica 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 sliwkowa z makaronem (400ml)	gluten, mleko
bitka drobiowa duszona (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
mizeria z ogórka świeżegomleko (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
szynka w galarecie z 1/2 jajka (70g/25g)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
sos tatarski D (120g)	jaja, mleko
ser Deliser- plastry (35g/ 2 szt)	mleko
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
jabłko deserowe (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2493 kcal
Białka: 110,57 g
Tłuszcze: 76,61 g
Węglowodany: 347,32 g
Błonnik: 28,67 g

2026-10-14

śniadanie	<i>alergeny</i>
zupa mleczna - płatki owsiane (350ml)	gluten, mleko
kiełbasa rawska (50g)	soja
serek almette (1 szt)	
kiełki warzyw (10g)	
pieczywo mieszane (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja, mleko
masło (20g)	
herbata ex (250ml)	
dżem (30g)	
marchew - dekoracja (20g)	
sałata - dekoracja (20g)	
obiad	<i>alergeny</i>
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 wielowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	<i>alergeny</i>
pasta z ryby (70g)	gorczyca, jaja, ryby
połędwica drobiowa (30g)	gluten, mleko, soja
ogórek zielony z koprem (60g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	<i>alergeny</i>
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: 2026-10-07 do dnia: 2026-10-16
Zestaw posiłków: Lekkostrawna

Wartość energetyczna: 2373 kcal
Białka: 126,09 g
Tłuszcze: 89,6 g
Węglowodany: 299,2 g
Błonnik: 26,14 g

2026-10-15	
śniadanie	alergeny
szynka biesiadna (60g)	
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 barszcz czerwony z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
roladka z drobiu z brokułem (100g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka z selera (90g)	mleko, seler
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
kolacja	alergeny
pierogi leniwe (250g)	jaja, mleko
łopatka prasowana (30g)	gluten, 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: 2788 kcal
Białka: 112,18 g
Tłuszcze: 80,08 g
Węglowodany: 388,58 g
Błonnik: 37,14 g

2026-10-16	
śniadanie	alergeny
zupa mleczna - makaron (350ml)	gluten, mleko
jajko gotowane (1 szt)	jaja
połędwiczanka z warzywami (40g)	gluten, gorczyca, soja
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 zielonego groszku z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
ryba pieczona w jarzynach ryby (110g ryba/80g jarzy)	
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)	
kefir 150g (1szt)	
PN	alergeny
serek kanapkowy (szt.)	

Wartość energetyczna: 2420 kcal
Białka: 113,6 g
Tłuszcze: 87,56 g
Węglowodany: 292,41 g
Błonnik: 31,13 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-10-07 do dnia: 2026-10-16
Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

2026-10-07	
śniadanie	alergeny
pasztetowa (50g)	gluten, gorczyca, seler, soja
kiełbasa żywiecka (30g)	soja
kiełki warzyw (10g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
sałata - dekoracja (20g)	
marchew - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
jogurt naturalny (1 szt)	mleko
obiad	alergeny
zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty (400 ml)	gluten, seler
roladka ze schabu ze szpinakiem (100g)	gluten, mleko
ziemniaki (80g)	
surówka z marchwi (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
koktail pomidorowy (150 ml)	mleko
kolacja	alergeny
sałatka z ryby pieczonej z warzywami i olejem (100g)	ryby
schab drobiowy z majerankiem (50g)	gluten, mleko, soja
sałata zielona (30g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny

serek kanapkowy (szt.)

Wartość energetyczna: 1926 kcal
Białka: 93,15 g
Tłuszcze: 85,92 g
Węglowodany: 174,06 g
Błonnik: 26,92 g

2026-10-08	
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
serek tartar (20g)	mleko
obiad	alergeny
zupa krupnik z kaszy pęczak (400ml)	seler
udko drobiowe pieczone (1 szt)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
ziemniaki (80g)	
buraki gotowane (120g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
budyń (100g)	gluten, jaja, mleko
kolacja	alergeny
sałatka z sera żółtego i kapusty pekińskiej D (110g)	mleko
szynka konserwowa (50g)	gluten, gorczyca, mleko, seler, soja
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny

jabłko deserowe (1 szt)

Wartość energetyczna: 2309 kcal
Białka: 138,55 g
Tłuszcze: 99,72 g
Węglowodany: 210,25 g
Błonnik: 31,12 g

2026-10-09	
śniadanie	alergeny
jajko mollet (2 szt)	jaja
serek almette (1 szt)	
sałatka z ogórka zielonego i kukurydzy (80g)	
sos pietruszkowy (30g)	gorczyca, jaja, mleko
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
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
sałatka owocowa (50g)	
kolacja	alergeny
makaron razowy z twarogiem (150g)	gluten, mleko
kiełbasa krakowska (30g)	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: 2026-10-07 do dnia: 2026-10-16
Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

Wartość energetyczna: 2106 kcal
Białka: 95,99 g
Tłuszcze: 87,57 g
Węglowodany: 231,02 g
Błonnik: 26,64 g

2026-10-10	
śniadanie	alergeny
twaróg z zieloną (90g)	mleko
salceson z indyka (40g)	gluten, mleko, 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 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 musem owocowym (200g)	
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

jabłko deserowe (1 szt)

Wartość energetyczna: 2269 kcal
Białka: 104,01 g
Tłuszcze: 103,19 g
Węglowodany: 205,03 g
Błonnik: 28,44 g

2026-10-11	
śniadanie	alergeny
schab cygański okopcony (40g)	
południca wiśniowa (40g)	
serek PHILADELFA (1szt)	
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 zabieleną z makaronem (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 włoska z olejem (180g)	jaja, seler
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
grapefruit (1/2 szt)	
PN	alergeny
jogurt naturalny (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 2107 kcal
Białka: 101,61 g
Tłuszcze: 81,44 g
Węglowodany: 247,18 g
Błonnik: 42,49 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-10-07 do dnia: 2026-10-16

Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

2026-10-12

śniadanie	alergeny
tuńczyk w oleju (50g)	
mielonka (30g)	gluten, soja
surówka z selera	mleko
naciowego i rzepy z jogurtem (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 ryżowa (400ml)	seler
pieczeń rymska (100 g)	gluten, jaja, soja
ziemniaki (80g)	
surówka koperkowa (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
koktail pomidorowy (150 ml)	mleko
kolacja	alergeny
budyń jaglany z truskawkami (150g)	mleko
kielbasa borowiaka (40g)	gluten, gorczyca, soja
rzodkiewka (50g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
	mleko
masło (10g)	
herbata ex (250ml)	
PN	alergeny
serek kanapkowy (szt.)	

Wartość energetyczna: 1843 kcal
Białka: 84,54 g
Tłuszcze: 67,09 g
Węglowodany: 203,41 g
Błonnik: 24,38 g

2026-10-13

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 śliwkowa z makaronem (400ml)	gluten, mleko
bitka drobiowa duszona (70g)	gluten
ziemniaki (80g)	
mizeria z ogórka świeżego	mleko
(100g)	
kompot wielowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
serek tartar (20g)	mleko
kolacja	alergeny
szynka w galarecie z 1/2 jajka (70g/25g)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
sos tatarski D (120g)	jaja, mleko
ser Deliser- plastry (35g/ 2 szt)	mleko

pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam,
masło (10g)	soja
	mleko

PN	<i>alergeny</i>
jabłko deserowe (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2189 kcal
Białka: 109,16 g
Tłuszcze: 91,55 g
Węglowodany: 241,95 g
Błonnik: 26,04 g

2026-10-14

śniadanie	alergeny
kiełbasa rawska (50g)	soja
serek almette (1 szt)	
kiełki warzyw (10g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
marchew - dekoracja (20g)	
sałata - dekoracja (20g)	
II śniadanie	alergeny
jogurt naturalny (1 szt)	mleko
obiad	alergeny
zupa ziemniaczana zabeliana (400ml)	gluten, mleko, seler
gulasz mięsny z jarzynami (65g mięso/200ml jarz)	gluten
kasza gryczana (80g)	
sałata z jogurtem (50g)	mleko
kompot wielowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
kisiel z jabłkami (200g)	
kolacja	alergeny
pasta z ryby (70g)	gorczyca, jaja, ryby
połędwica drobiowa (30g)	gluten, mleko, soja
ogórek zielony z koprem (60g)	
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: 2026-10-07 do dnia: 2026-10-16
Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

Wartość energetyczna: 1852 kcal
Białka: 113,05 g
Tłuszcze: 87,18 g
Węglowodany: 189,07 g
Błonnik: 22,15 g

2026-10-15	
śniadanie	alergeny
szynka biesiadna (60g)	
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 barszcz czerwony z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
roladka z drobiu z brokułem (100g)	gluten
ziemniaki (80g)	
surówka z selera (90g)	mleko, seler
kompot wielowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
sok z marchwi (100 ml)	
kolacja	alergeny
pierogi leniwe (170g)	jaja, mleko
łopatka prasowana (30g)	gluten, 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: 2262 kcal
Białka: 106,1 g
Tłuszcze: 79,79 g
Węglowodany: 262,36 g
Błonnik: 42,7 g

2026-10-16	
śniadanie	alergeny
jajko gotowane (1 szt)	jaja
połędwiczanka z warzywami (40g)	gluten, gorczyca, soja
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 zielonego groszku z ziemniakami (400ml)	gluten, mleko, seler
ryba pieczona w jarzynach ryby (110g ryba/80g jarzy)	
ziemniaki (80g)	
surówka z kapusty kiszonej (100g)	
kompot wielowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja
podwieczorek	alergeny
sałatka owocowa (50g)	
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 kanapkowy (szt.)	

Wartość energetyczna: 1874 kcal
Białka: 100,47 g
Tłuszcze: 85,78 g
Węglowodany: 176,73 g
Błonnik: 28,21 g