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

Jadłospis od dnia: 2026-11-06 do dnia: 2026-11-15

Zestaw posiłków: Ogólna

2026-11-06

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - płatki kukurydziane (350ml)	mleko
jajko mollet (2 szt)	jaja
szczypior w majonezie (30g)	gorczyca, jaja, mleko
serek almette (1 szt)	
sałatka z ogórka zielonego i kukurydzy (60g)	
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 z soczewicy i pomidorów (450 ml)	seler
ryba saute (90g)	gluten, 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
kiełbasa krakowska (30g)	soja
sałata vinegret (30g)	gorczyca
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	

PN	alergeny
serek PHILADELFIA (1szt)	

Wartość energetyczna: 3103 kcal
Białka: 128,71 g
Tłuszcze: 122,02 g
Węglowodany: 366,29 g
Błonnik: 31,77 g

2026-11-07

śniadanie	alergeny
twarożek z koprem (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 selerowa z grzankami (400ml)	gluten, mleko, seler
bitka z szynki wieprzowej duszona (400ml)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka warzywna (120g)	gorczyca, 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: 2569 kcal
Białka: 105,78 g
Tłuszcze: 104,26 g
Węglowodany: 305,32 g
Błonnik: 34,19 g

2026-11-08

śniadanie	alergeny
salami (40g)	
galantyna z drobiu (40g)	gluten, jaja, mleko, seler
ser topiony (17,5g)	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
karkówka duszona z jabłkami (80g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka z marchwi i porów (100g)	mleko
kalafior z masłem mrożony (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

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

Jadłospis od dnia: 2026-11-06 do dnia: 2026-11-15

Zestaw posiłków: Ogólna

Wartość energetyczna: 2816 kcal
Białka: 97,07 g
Tłuszcze: 105,28 g
Węglowodany: 337,89 g
Błonnik: 34,96 g

2026-11-09

śniadanie	*alergeny*
zupa mleczna - płatki owsiane (350ml)	gluten, mleko
tuńczyk w oleju (50g)	
schab drobiowy z majerankiem (30g)	gluten, mleko, soja
surówka z selera naciowego i pomidorów (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 zacierka kujawska (400ml)	gluten, jaja, seler
kotlet mielony (100g)	gluten, jaja, soja
ziemniaki (120g)	
sałata z jogurtem (50g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
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: 2785 kcal
Białka: 112,94 g
Tłuszcze: 114,91 g
Węglowodany: 322,71 g
Błonnik: 41,31 g

2026-11-10

śniadanie	*alergeny*
twaróg (90g)	mleko
kiełbasa rawska (zawiera białko sojowe, mąkę pszenną) (40g)	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 z cukinii z ryżem (450 ml)	gluten, mleko
filet z kurczaka w sosie śmietanowym (70g)	gluten, mleko
ziemniaki (120g)	
surówka z kapusty pekińskiej (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja

kolacja	*alergeny*
szynka w galarecie z cytryną (70g)	dwutlenek siarki, 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: 2651 kcal
Białka: 119,24 g
Tłuszcze: 99,39 g
Węglowodany: 329,24 g
Błonnik: 30,2 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-11-06 do dnia: 2026-11-15

Zestaw posiłków: Ogólna

2026-11-11

śniadanie	*alergeny*
jogurt naturalny (1 szt)	mleko
jajko w sosie chrzanowo-jogurtowym (1 szt)	dwutlenek siarki, gorczyca, jaja, mleko
szynka biesiadna (50g)	
kiełki warzyw (10g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
herbata ex (250ml)	
masło (20g)	mleko
dżem (30g)	
marchew - dekoracja (20g)	
sałata - dekoracja (20g)	

obiad	*alergeny*
zupa rosół drobiowy z makaronem (400ml)	gluten, seler
roladka ze schabu ze szpinakiem (100g)	gluten, mleko
ziemniaki (120g)	
surówka z marchwi z chrzanem (90g)	dwutlenek siarki, mleko
brukselka z masłem (60g)	gluten, soja
kompot wieloowocowy (220ml)	
ciasto jabłecznik (80g)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja

kolacja	*alergeny*
śledź garnirowany (100g)	gorczyca
łopatka pieczona (50g)	gluten, mleko
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
serek PHILADELFIA (1szt)	

PN	*alergeny*
kiwi (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2676 kcal
Białka: 116,26 g
Tłuszcze: 101,85 g
Węglowodany: 297,38 g
Błonnik: 32,75 g

2026-11-12

śniadanie	*alergeny*
twaróg (90g)	mleko
kiełbasa szynkowa (40g)	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 białej rzodkiw, jabłek i kukurydzy (70g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja

kolacja	*alergeny*
sałatka z brokuła (100g)	jaja, mleko
łopatka prasowana (50g)	gluten, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	

PN	*alergeny*
kefir 150g (1szt)	

Wartość energetyczna: 2109 kcal
Białka: 102,74 g
Tłuszcze: 69,88 g
Węglowodany: 274,31 g
Błonnik: 26,05 g

2026-11-13

śniadanie	*alergeny*
zupa mleczna - ryż (350ml)	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 barszcz ukraiński (400 ml)	mleko, seler
ryba w sosie koperkowym (80g)	gluten, mleko, ryby
ziemniaki (120g)	
surówka z kapusty kiszonej (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja

kolacja	*alergeny*
sałatka grecka (100g)	
kiełbasa krakowska (50g)	soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	

PN	*alergeny*
serek PHILADELFIA (1szt)	

Wartość energetyczna: 2435 kcal
Białka: 90,13 g
Tłuszcze: 84,17 g
Węglowodany: 315,43 g
Błonnik: 35,52 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-11-06 do dnia: 2026-11-15

Zestaw posiłków: Ogólna

2026-11-14

śniadanie	*alergeny*
twarożek z zieleniną (90g)	mleko
mielonka (40g)	gluten, soja
rzodkiewka (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 krupnik z kaszy jaglanej (400ml)	seler
szynka wieprzowa duszona w sosie własnym (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka warzywna D (120g)	seler
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja

kolacja	*alergeny*
pasta warzywna z ciecierzycą (80g)	
ogonówka (40g)	gluten, soja
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	

PN	*alergeny*
serek almette (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2198 kcal
Białka: 100,54 g
Tłuszcze: 72,32 g
Węglowodany: 288,79 g
Błonnik: 29,82 g

2026-11-15

śniadanie	*alergeny*
rolada schabowa (40g)	mleko, soja
kurczak gotowany (40g)	
serek Tartar (20g)	mleko
pomidory (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
miód naturalny (20g)	
sałata - dekoracja (20g)	

obiad	*alergeny*
zupa pomidorowa z makaronem świeże pomidory (400ml)	gluten, mleko, seler
schab duszony w sosie jarzynowym (70g)	gluten, seler
ziemniaki (120g)	
surówka z marchwi i jabłka (90g)	
fasolka szparagowa z masłem mrożona (60g)	gluten, soja
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja

kolacja	*alergeny*
szynka z komina (70g)	gluten, gorczyca, mleko, seler, soja
sałatka jarzynowa 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 naturalny (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 2476 kcal
Białka: 105,9 g
Tłuszcze: 82,32 g
Węglowodany: 338,24 g
Błonnik: 41,05 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-11-06 do dnia: 2026-11-15

Zestaw posiłków: Lekkostrawna

2026-11-06

śniadanie	*alergeny*
zupa mleczna - płatki kukurydziane (350ml)	mleko
jajko mollet (2 szt)	jaja
sos pietruszkowy (30g)	gorczyca, jaja, mleko
serek almette (1 szt)	
sałatka z ogórka zielonego i kukurydzy (60g)	
pieczywo mieszane (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (400ml)	
dżem (30g)	
marchew - dekoracja (20g)	
sałata - dekoracja (20g)	

obiad	*alergeny*
zupa z soczewicy i pomidorów (450 ml)	seler
roladka z ryby z warzywami D (90g)	ryby
ziemniaki (120g)	
surówka z kapusty kiszonej (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja

kolacja	*alergeny*
makaron z twarogiem (160g)	gluten, mleko
kiełbasa krakowska (30g)	soja
sałata vinegret (30g)	gorczyca
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	

PN	*alergeny*
serek PHILADELFIA (1szt)	

Wartość energetyczna: 2763 kcal
Białka: 120,22 g
Tłuszcze: 95,9 g
Węglowodany: 350,61 g
Błonnik: 32,58 g

2026-11-07

śniadanie	*alergeny*
twarożek z koprem (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 selerowa z grzankami (400ml)	gluten, mleko, seler
bitka z szynki wieprzowej duszona (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka warzywna D (120g)	seler
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja

kolacja	*alergeny*
pasztet z kaszy gryczanej z mięsem i warzywami (110g)	gluten, jaja
sos jogurtowy z czosnkiem (15g)	gorczyca, jaja, mleko
ser Deliser- plastry (35g/ 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: 2569 kcal
Białka: 105,78 g
Tłuszcze: 104,26 g
Węglowodany: 305,32 g
Błonnik: 34,19 g

2026-11-08

śniadanie	*alergeny*
salami (40g)	
galantyna z drobiu (40g)	gluten, jaja, mleko, seler
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 i porów (100g)	mleko
kalafior z masłem mrożony (60g)	gluten, soja
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja

kolacja	*alergeny*
szynka starowiejska (70g)	
sałatka włoska z olejem (180g)	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

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

Jadłospis od dnia: 2026-11-06 do dnia: 2026-11-15

Zestaw posiłków: Lekkostrawna

Wartość energetyczna: 2528 kcal
Białka: 97,67 g
Tłuszcze: 84,89 g
Węglowodany: 330,48 g
Błonnik: 32,43 g

2026-11-09

śniadanie	*alergeny*
zupa mleczna - płatki owsiane (350ml)	gluten, mleko
tuńczyk w oleju (50g)	
schab drobiowy z majerankiem (30g)	gluten, mleko, soja
surówka z selera naciowego i pomidorów (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 zacierka (400ml)	gluten, jaja, seler
pulpet mięsny w sosie jarzynowym (100g)	gluten, jaja, mleko, seler
ziemniaki (120g)	
sałata z jogurtem (50g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja

kolacja	*alergeny*
budyń jaglany z truskawkami (150g)	mleko
kiełbasa borowiaka (50g)	gluten, gorczyca, soja
rzodkiewka (50g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	

PN	*alergeny*
serek kanapkowy (szt.)	

Wartość energetyczna: 2563 kcal
Białka: 102,51 g
Tłuszcze: 82,48 g
Węglowodany: 329,7 g
Błonnik: 29,4 g

2026-11-10

śniadanie	*alergeny*
twaróg (90g)	mleko
kiełbasa rawska (zawiera białko sojowe, mąkę pszenną) (40g)	soja
surówka letnia (70g)	mleko
pieczywo mieszane (130 g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kawa zbożowa mleczna (250ml)	gluten, mleko
dżem (30g)	
marchew - dekoracja (20g)	

obiad	*alergeny*
zupa z cukinii z ryżem (450 ml)	gluten, mleko
filet z kurczaka w sosie śmietanowym (70g)	gluten, mleko
ziemniaki (120g)	
surówka z kapusty pekińskiej (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja

kolacja	*alergeny*
szynka w galarecie z cytryną (70g)	dwutlenek siarki, 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: 2576 kcal
Białka: 119,59 g
Tłuszcze: 89,69 g
Węglowodany: 331,78 g
Błonnik: 30,68 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-11-06 do dnia: 2026-11-15

Zestaw posiłków: Lekkostrawna

2026-11-11

śniadanie	alergeny
jogurt naturalny (1 szt)	mleko
jajko w sosie chrzanowo-jogurtowym (1 szt)	dwutlenek siarki, gorczyca, jaja, mleko
szynka biesiadna (50g)	
kiełki warzyw (10g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
herbata ex (250ml)	
masło (20g)	mleko
dżem (30g)	
marchew - dekoracja (20g)	
sałata - dekoracja (20g)	

obiad	alergeny
zupa rosół drobiowy z makaronem (400ml)	gluten, seler
roladka ze schabu ze szpinakiem (100g)	gluten, mleko
ziemniaki (120g)	
surówka z marchwi z chrzanem (90g)	dwutlenek siarki, mleko
brukselka z masłem (60g)	gluten, soja
kompot wieloowocowy (220ml)	
ciasto jabłecznik (80g)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja

kolacja	alergeny
śledź w oleju z jabłkami i parzoną cebulą D (120g)	
łopatka pieczona (50g)	gluten, mleko
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
serek PHILADELFIA (1szt)	

PN	alergeny
kiwi (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2765 kcal
Białka: 117,41 g
Tłuszcze: 107,9 g
Węglowodany: 305,85 g
Błonnik: 34,12 g

2026-11-12

śniadanie	alergeny
twaróg (90g)	mleko
kiełbasa szynkowa (40g)	gluten, soja
pomidory w jogurcie (80g)	mleko
pieczywo mieszane (130g)	gluten, jaja, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kakao na mleku (250 ml)	mleko
dżem (30g)	
sałata - dekoracja (20g)	

obiad	alergeny
zupa porowa z grzankami (400ml)	gluten, mleko
filet z kurczaka duszony (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka z białej rzodkiw, jabłek i kukurydzy (70g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja

kolacja	alergeny
sałatka z brokuła (100g)	jaja, mleko
łopatka prasowana (50g)	gluten, soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	

PN	alergeny
kefir 150g (1szt)	

Wartość energetyczna: 2095 kcal
Białka: 102,65 g
Tłuszcze: 68,5 g
Węglowodany: 273,84 g
Błonnik: 25,9 g

2026-11-13

śniadanie	alergeny
zupa mleczna - ryż (350ml)	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 barszcz ukraiński (400 ml)	mleko, seler
ryba w sosie koperkowym D (80g)	gluten, mleko, ryby
ziemniaki (120g)	
surówka z kapusty kiszonej (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja

kolacja	alergeny
sałatka grecka (100g)	
kiełbasa krakowska (50g)	soja
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	

PN	alergeny
serek PHILADELFIA (1szt)	

Wartość energetyczna: 2353 kcal
Białka: 86,06 g
Tłuszcze: 82,14 g
Węglowodany: 306,06 g
Błonnik: 30,82 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-11-06 do dnia: 2026-11-15

Zestaw posiłków: Lekkostrawna

2026-11-14

śniadanie	*alergeny*
twarożek z zieleniną (90g)	mleko
mielonka (40g)	gluten, soja
rzodkiewka (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 krupnik z kaszy jaglanej (400ml)	seler
szynka wieprzowa duszona w sosie własnym (70g)	gluten
ziemniaki (120g)	
surówka warzywna D (120g)	seler
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja

kolacja	*alergeny*
pasta warzywna z ciecierzycą (80g)	
ogonówka (40g)	gluten, soja
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	

PN	*alergeny*
serek almette (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2198 kcal
Białka: 100,54 g
Tłuszcze: 72,32 g
Węglowodany: 288,79 g
Błonnik: 29,82 g

2026-11-15

śniadanie	*alergeny*
rolada schabowa (40g)	mleko, soja
kurczak gotowany (40g)	
serek Tartar (20g)	mleko
pomidory (80g)	
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
herbata ex (250ml)	
miód naturalny (20g)	
sałata - dekoracja (20g)	

obiad	*alergeny*
zupa pomidorowa z makaronem świeże pomidory (400ml)	gluten, mleko, seler
schab duszony w sosie jarzynowym (70g)	gluten, seler
ziemniaki (120g)	
surówka z marchwi i jabłka (90g)	
fasolka szparagowa z masłem mrożona (60g)	gluten, soja
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja

kolacja	*alergeny*
szynka z komina (70g)	gluten, gorczyca, mleko, seler, soja
sałatka jarzynowa z olejem (180g)	jaja, seler
pieczywo mieszane (100g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
babka piaskowa (50g)	gluten, jaja

PN	*alergeny*
jogurt naturalny (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 2415 kcal
Białka: 104,62 g
Tłuszcze: 78,26 g
Węglowodany: 333,84 g
Błonnik: 39,07 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-11-06 do dnia: 2026-11-15

Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

2026-11-06

śniadanie	*alergeny*
jajko mollet (2 szt)	jaja
sos pietruszkowy (30g)	gorczyca, jaja, mleko
serek almette (1 szt)	
sałatka z ogórka zielonego i kukurydzy (60g)	
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 z soczewicy i pomidorów (450 ml)	seler
roladka z ryby z warzywami D (90g)	ryby
ziemniaki (80g)	
surówka z kapusty kiszonej (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja

podwieczorek	*alergeny*
sok z marchwi (100 ml)	

kolacja	*alergeny*
makaron razowy z twarogiem (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 PHILADELFIA (1szt)	

Wartość energetyczna: 2249 kcal
Białka: 107,25 g
Tłuszcze: 93,48 g
Węglowodany: 235,09 g
Błonnik: 36,8 g

2026-11-07

śniadanie	*alergeny*
twarożek z koprem (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*
polędwica sopocka (30g)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
sałata zielona (20g)	
pieczywo razowe (20g)	gluten, sezam, soja

obiad	*alergeny*
zupa selerowa z grzankami (400ml)	gluten, mleko, seler
bitka z szynki wieprzowej duszona (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*
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: 2303 kcal
Białka: 102,09 g
Tłuszcze: 105,2 g
Węglowodany: 211,18 g
Błonnik: 32,96 g

2026-11-08

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 koperkowa z ryżem (400ml)	gluten, mleko, seler
schab duszony z jabłkami (70g)	gluten
ziemniaki (80g)	
surówka z marchwi i porów (100g)	mleko
kalafior z masłem mrożony (60g)	gluten, soja
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja

podwieczorek	*alergeny*
sok z buraka (100 ml)	

kolacja	*alergeny*
szynka starowiejska (70g)	
sałatka włoska z olejem (180g)	jaja, seler
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
kiwi (1 szt)	

PN	*alergeny*
jogurt naturalny (1 szt)	mleko

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

Jadłospis od dnia: 2026-11-06 do dnia: 2026-11-15

Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

Wartość energetyczna: 2205 kcal
Białka: 100,86 g
Tłuszcze: 91,54 g
Węglowodany: 242,59 g
Błonnik: 39,97 g

2026-11-09

śniadanie	*alergeny*
tuńczyk w oleju (50g)	
schab drobiowy z majerankiem (30g)	gluten, mleko, soja
surówka z selera naciowego i pomidorów (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 zacierka (400ml)	gluten, jaja, seler
pulpet mięsny w sosie jarzynowym (100g)	gluten, jaja, mleko, seler
ziemniaki (80g)	
sałata z jogurtem (50g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja

podwieczorek	*alergeny*
sałatka owocowa (50g)	

kolacja	*alergeny*
budyń jaglany z truskawkami (150g)	mleko
kiełbasa borowiaka (50g)	gluten, gorczyca, soja
rzodkiewka (50g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	

PN	*alergeny*
serek kanapkowy (szt.)	

Wartość energetyczna: 1954 kcal
Białka: 89,16 g
Tłuszcze: 78,37 g
Węglowodany: 203,92 g
Błonnik: 24,52 g

2026-11-10

śniadanie	*alergeny*
twaróg (90g)	mleko
kiełbasa rawska (zawiera białko sojowe, mąkę pszenną) (40g)	soja
surówka letnia (70g)	mleko
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
kawa zbożowa mleczna (250ml)	gluten, mleko
marchew - dekoracja (20g)	

II śniadanie	*alergeny*
pasztet pieczony (50g)	gluten, gorczyca, seler, soja
sałata zielona (20g)	
pieczywo razowe (20g)	gluten, sezam, soja

obiad	*alergeny*
zupa z cukinii z ryżem (450 ml)	gluten, mleko
filet z kurczaka duszony (70g)	gluten
ziemniaki (80g)	
surówka z kapusty pekińskiej (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja

podwieczorek	*alergeny*
budyń (100g)	gluten, jaja, mleko

kolacja	*alergeny*
szynka w galarecie z cytryną (70g)	dwutlenek siarki, gluten, gorczyca, jaja, mleko, seler, soja
sos tatarski D (120g)	jaja, mleko
ser Deliser- plastry (35g/ 2 szt)	mleko
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	

PN	*alergeny*
jabłko deserowe (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2261 kcal
Białka: 118,25 g
Tłuszcze: 93,46 g
Węglowodany: 238,26 g
Błonnik: 29,35 g

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

Jadłospis od dnia: 2026-11-06 do dnia: 2026-11-15

Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

2026-11-11

śniadanie	*alergeny*
jogurt naturalny (1 szt)	mleko
jajko w sosie chrzanowo-jogurtowym (1 szt)	dwutlenek siarki, gorczyca, jaja, mleko
szynka biesiadna (50g)	
kiełki warzyw (10g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
herbata ex (250ml)	
masło (20g)	mleko
marchew - dekoracja (20g)	
sałata - dekoracja (20g)	

II śniadanie	*alergeny*
ser tartar ()	mleko

obiad	*alergeny*
zupa rosół drobiowy z makaronem (400ml)	gluten, seler
roladka ze schabu ze szpinakiem (100g)	gluten, mleko
ziemniaki (80g)	
surówka z marchwi z chrzanem (90g)	dwutlenek siarki, mleko
brukselka z masłem (60g)	gluten, soja
kompot wieloowocowy (220ml)	
ciasto jabłecznik (80g)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja

podwieczorek	*alergeny*
koktail pomidorowy (150 ml)	mleko

kolacja	*alergeny*
śledź w oleju z jabłkami i parzoną cebulą D (120g)	
łopatka pieczona (50g)	gluten, mleko
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	
serek PHILADELFIA (1szt)	

PN	*alergeny*
kiwi (1 szt)	

Wartość energetyczna: 2432 kcal
Białka: 112,64 g
Tłuszcze: 112,43 g
Węglowodany: 220,7 g
Błonnik: 32,12 g

2026-11-12

śniadanie	*alergeny*
twaróg (90g)	mleko
kiełbasa szynkowa (40g)	gluten, soja
pomidory w jogurcie (80g)	mleko
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (20g)	mleko
Kakao na mleku (250ml)	mleko
sałata - dekoracja (20g)	

II śniadanie	*alergeny*
serek kanapkowy (szt.)	

obiad	*alergeny*
zupa porowa z grzankami (400ml)	gluten, mleko
filet z kurczaka duszony (70g)	gluten
ziemniaki (80g)	
surówka z białej rzodkiw, jabłek i kukurydzy (70g)	mleko
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja

podwieczorek	*alergeny*
gruszka (1 szt)	

kolacja	*alergeny*
sałatka z brokuła (100g)	jaja, mleko
łopatka prasowana (50g)	gluten, soja
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	

PN	*alergeny*
kefir 150g (1szt)	

Wartość energetyczna: 1771 kcal
Białka: 95,46 g
Tłuszcze: 74,68 g
Węglowodany: 192,07 g
Błonnik: 25,75 g

2026-11-13

śniadanie	*alergeny*
jajko gotowane (1 szt)	jaja
polędwiczanka 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 barszcz ukraiński (400 ml)	mleko, seler
ryba w sosie koperkowym D (80g)	gluten, mleko, ryby
ziemniaki (80g)	
surówka z kapusty kiszonej (100g)	
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja

podwieczorek	*alergeny*
sok z jabłek (100 ml)	

kolacja	*alergeny*
sałatka grecka (100g)	
kiełbasa krakowska (50g)	soja
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	

PN	*alergeny*
serek PHILADELFIA (1szt)	

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

Jadłospis od dnia: 2026-11-06 do dnia: 2026-11-15

Zestaw posiłków: Dieta cukrzycowa 5

Wartość energetyczna: 1880 kcal
Białka: 75,65 g
Tłuszcze: 81,07 g
Węglowodany: 207,32 g
Błonnik: 32,29 g

2026-11-14

śniadanie	*alergeny*
twarożek z zieleniną (90g)	mleko
mielonka (40g)	gluten, soja
rzodkiewka (60g)	
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 krupnik z kaszy jaglanej (400ml)	seler
szynka wieprzowa duszona w sosie własnym (70g)	gluten
ziemniaki (80g)	
surówka warzywna D (120g)	seler
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja

podwieczorek	*alergeny*
jabłko deserowe (1 szt)	

kolacja	*alergeny*
pasta warzywna z ciecierzycą (80g)	
ogonówka (40g)	gluten, soja
ogórek kiszony (80g)	
pieczywo razowe (80g)	gluten, sezam, soja
masło (10g)	mleko
herbata ex (250ml)	

PN	*alergeny*
serek almette (1 szt)	

Wartość energetyczna: 1924 kcal
Białka: 100,44 g
Tłuszcze: 79,98 g
Węglowodany: 206,43 g
Błonnik: 30,39 g

2026-11-15

śniadanie	*alergeny*
rolada schabowa (40g)	mleko, soja
kurczak gotowany (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 pomidorowa z makaronem świeże pomidory (400ml)	gluten, mleko, seler
schab duszony w sosie jarzynowym (70g)	gluten, seler
ziemniaki (80g)	
surówka z marchwi i jabłka (90g)	
fasolka szparagowa z masłem mrożona (60g)	gluten, soja
kompot wieloowocowy (220ml)	
przyprawy ()	jaja, mleko, seler, soja

podwieczorek	*alergeny*
sok z jabłek (100 ml)	

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)	
grapefruit (1/2 szt)	

PN	*alergeny*
jogurt naturalny (1 szt)	mleko

Wartość energetyczna: 2085 kcal
Białka: 101,41 g
Tłuszcze: 81,72 g
Węglowodany: 257,45 g
Błonnik: 46,3 g