

Wykaz alergenów w posiłkach Lista alergenów udostępniona zgodnie z rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady Nr 1169/2011 w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności. SUBSTANCJE LUB PRODUKTY POWODUJĄCE ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI	
NUMER ALERGENU	NAZWA ALERGENU
1 (1a, 1b, 1c, 1d, 1e)	Zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz) oraz produkty pochodne
2	Skorupiaki oraz produkty pochodne
3	Jaja i produkty pochodne
4	Ryby i produkty pochodne
5	Orzeszki ziemne, orzechy arachidowe oraz produkty pochodne
6	Soja i produkty pochodne
7	Mleko i produkty pochodne
8	Orzechy (migdały, łaskowe, nerkowca, brazylijskie, pistacjowe) oraz produkty pochodne
9	Seler i produkty pochodne
10	Gorczyca i produkty pochodne
11	Nasiona sezamu i produkty pochodne
12	Dwutlenek siarki i siarczany w stężeniu powyżej 10 mg/kg lub 10 mg w przeliczeniu na SO ₂
13	Łubin i produkty pochodne
14	Mięczaki i produkty pochodne

PONIEDZIAŁEK 1.09.2025				JADŁOSOPIS EUROMEDICARE				catering				
PODSTAWOWA		ALERGEN	ŁATWOSTRAWNA	ALERGEN	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGŁOWODANÓW	ALERGEN	BOGATOBIĄŁKOWA	ALERGEN	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUŻAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGEN		
S N I A D A N I E	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml		
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1a,1 b	pieczywo pszenne	100g	1a	pieczywo pszenne razowe	120g	1a	pieczywo graham	120g	1a
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek zielony	30g		marchewka baby z wody	30g		marchewka baby z wody	30g		marchewka baby z wody	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	ser capri plastry	60g	7	ser capri plastry	60g	7	ser capri plastry	60g	7	ser capri plastry	60g	7
pasta z czerwonej fasoli z pietuszką zieloną, olej rzepakowy, nać pietruszki	80g		pieczony pasztet wieprzowy niskotłuszczowy	60g		pasta z czerwonej fasoli z pietuszką zieloną, olej rzepakowy, nać pietruszki	80g		pieczony pasztet wieprzowy niskotłuszczowy	60g		
25					gruszka	150g	gruszka	150g				
O B I A D	krem z marchwii (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna)	300g	1a,9	krem z marchwii (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna)	300g	1a,9	jarzynowa z ziemniakami (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	300g	1a,9	krem z marchwii (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna)	300g	1a,9
	makaron z kurczakiem w sosie warzywnym (makaron penne, szpinak, cukinia, marchew, pietruszka, passata	350g	1a,6 ,9	makaron z kurczakiem w sosie warzywnym (makaron penne, szpinak, cukinia, marchew, pietruszka, passata	350g	1a,6 ,9	makaron z kurczakiem w sosie warzywnym (makaron penne, szpinak, cukinia, marchew, pietruszka, passata	350g	1a,6 ,9	makaron z kurczakiem w sosie warzywnym (makaron penne, szpinak, cukinia, marchew, pietruszka, passata	150g	1a,3 ,9
	pomidorowa, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)			pomidorowa, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)			pomidorowa, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)			pomidorowa, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)		
	surówka z kapusty pekińskiej 120g z olejem rzepakowym 5g, ziołami, sola	120g		tarta marchewka	120g		surówka z kapusty pekińskiej 120g z olejem rzepakowym 5g, ziołami, sola	120g		tarta marchewka	120g	
	herbata owocowa	250ml		herbata owocowa	250ml		herbata owocowa	250ml		herbata owocowa	250ml	
	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1a,4 ,7	pieczywo pszenne	100g	1a	pieczywo pszenne razowe	120g	1a	pieczywo graham	120g	1a
K O L A C J A	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	papryka zielona	30g		pasta z buraka z pietruszką (burak, olej rzepakowy, pietruszka nać, zioła)	30g		papryka zielona	30g		pasta z buraka z pietruszką (burak, olej rzepakowy, pietruszka nać, zioła)	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	paprykarz (makrela, marchew, pietruszka, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, koncentrat pomidorowy, cebula, ryż biały)	150g	4	pasta z makreli w sosie własnym z ziołami	150g	4	paprykarz (makrela, marchew, pietruszka, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, koncentrat pomidorowy, cebula, ryż biały)	150g	4	pasta z makreli w sosie własnym z ziołami	150g	4
	serek kanapkowy ziołowy	60g	7	serek kanapkowy ziołowy	60g	7	serek kanapkowy ziołowy	60g	7	serek kanapkowy ziołowy	60g	7
	PN jogurt naturalny	150g	7	jogurt naturalny	150g	7	jogurt naturalny	150g	7	jogurt naturalny	150g	7
energia (kcal)		2 262	2 118		2 218		2 236		2 155			
białko (g)		112	100,2		101,2		107,5		103,2			
tłuszcze ogółem (g)		75,4	54		59,8		58,6		55,5			
kwasy tłuszczowe nasycone (g)		22,2	18,3		19,1		19,3		18,5			
węglowodany ogółem (g)		291,3	320,7		341		327,3		329,1			
mono i disacharydy (g)		58,5	57,8		49,6		55,4		58,1			
błonnik (g)		32,6	27,8		47,6		31,5		39,8			
sól		3487,6	2873,6		2138,9		926,5		3024,9			

WTOREK 2.09.2025

JADŁOSOPIS EUROMEDICARE

catering

	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY
S N I A D A N I E	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g	1a
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	ogórek konserwowy 30g		marchewka baby gotowana 30g		ogórek konserwowy 30g		marchewka baby gotowana 30g		marchewka baby gotowana 30g	
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
	szynka wieprzowa gotowana 60g		szynka wieprzowa gotowana 60g		szynka wieprzowa gotowana 60g		szynka wieprzowa gotowana 100g		szynka wieprzowa gotowana 60g	
	twaróg plastry 60g	7	twaróg plastry 60g	7	twaróg plastry 60g	7	twaróg plastry 60g	7	twaróg plastry 60g	7
zS					gruszka 150g		gruszka 150g			
O B I A D	jarzynowa z ziemniakami i soczewicą (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, soczewica 100g, bulion 300g)	9	jarzynowa z ziemniakami (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 300g	9	jarzynowa z ziemniakami i soczewicą (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, soczewica 100g, bulion 300g)	9	jarzynowa z ziemniakami i soczewicą (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, soczewica 100g, bulion 300g)	9	jarzynowa z ziemniakami (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 300g	9
	potrawka z indyka duszona w warzywach (indyk, olej,bulion 200g)	1a, 9	potrawka z indyka duszona w warzywach (indyk, olej,bulion 200g)	1a, 9	potrawka z indyka duszona w warzywach (indyk, olej,bulion 200g)	1a, 9	potrawka z indyka duszona w warzywach (indyk, olej,bulion 200g)	1a, 9	potrawka z indyka duszona w warzywach (indyk, olej,bulion 200g)	1a, 9
	warzywny,passata pomidorowa, oregano, mąka pszenna, bulion 200g)		warzywny,passata pomidorowa, oregano, mąka pszenna, bulion 200g)		warzywny,passata pomidorowa, oregano, mąka pszenna, bulion 200g)		warzywny,passata pomidorowa, oregano, mąka pszenna, bulion 200g)		warzywny,passata pomidorowa, oregano, mąka pszenna, bulion 200g)	
	kasza bulgur 150g	1a	kasza bulgur 150g	1a	kasza bulgur 150g	1a	kasza bulgur 150g	1a	kasza bulgur 150g	1a
	sałatka z buraków (buraki, nać, sól, pieprz, olej rzepakowy) 150g		sałatka z buraków gotowanych (buraki, nać, sól, pieprz, olej rzepakowy) 150g		sałatka z buraków (buraki, nać, sól, pieprz, olej rzepakowy) 150g		sałatka z buraków gotowanych (buraki, nać, sól, pieprz, olej rzepakowy) 150g		sałatka z buraków gotowanych (buraki, nać, sól, pieprz, olej rzepakowy) 150g	
	herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml	
	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
K O L A C J A	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g	1a
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidorki koktajlowe 60g		pomidorki koktajlowe 60g		pomidorki koktajlowe 60g		pomidorki koktajlowe 60g		pomidorki koktajlowe 60g	
	papryka czerwona 30g		cukinia parzona plastry 30g		papryka czerwona 30g		cukinia parzona plastry 30g		cukinia parzona plastry 30g	
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
	ser żółty 60g	7	ser żółty odtłuszczony 60g	7	ser żółty 60g	7	ser żółty 60g	7	ser żółty odtłuszczony 60g	7
	szynka drobiowa 60g		szynka drobiowa 60g		szynka drobiowa 60g		szynka drobiowa 80g		szynka drobiowa 60g	
PN	serek homogenizowany b/c 130g	7	serek homogenizowany b/c 130g	7	serek homogenizowany b/c 130g	7	serek homogenizowany b/c 130g	7	serek homogenizowany b/c 130g	7
energia (kcal)	2 281		2 259		2 262		2 360		2 199	
białko (g)	99,7		99,5		101,3		107,9		103,5	
tłuszcze ogółem (g)	71,1		71,6		72,2		76,2		67,8	
	26,1		26		26		27,3		25,4	
kwasy tłuszczowe nasycone (g)										
węglowodany ogółem (g)	328,5		328		323,5		325,9		313,1	
mono i disacharydy (g)	50,3		51,3		52,7		49,5		52,2	
błonnik (g)	26,1		25,4		42,6		29,3		36	
sód	2019,3		2926,8		2189,3		1125,1		3105,8	

ŚRODA 3.09.2025			JADŁOSOPIS EUROMEDICARE						locatering	
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY
S N I A D A N I E	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g	1a
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	oliwki czarne połówki 30g		oliwki czarne połówki 30g		oliwki czarne połówki 30g		oliwki czarne połówki 30g		oliwki czarne połówki 30g	
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
	kiełbasa drobiowa z wody 120g		kiełbasa drobiowa z wody 120g		kiełbasa drobiowa z wody 120g		kiełbasa drobiowa z wody 120g	1,3	kiełbasa drobiowa z wody 120g	
	ser żółty morski 60g	7	ser żółty odtłuszczony 60g	7	ser żółty morski 60g	7	ser żółty odtłuszczony 60g	7	ser żółty odtłuszczony 60g	7
zS					sok warzywny 200ml		sok warzywny 200ml			
O B I A D	zupa fasolkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia 100g, ziemniaki 100g, fasolka zielona 50g) 300g	9	zupa fasolkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia 100g, ziemniaki 100g, fasolka zielona 50g) 300g	9	zupa fasolkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia 100g, ziemniaki 100g, fasolka zielona 50g) 300g	9	zupa fasolkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia 100g, ziemniaki 100g, fasolka zielona 50g) 300g	9	zupa fasolkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia 100g, ziemniaki 100g, fasolka zielona 50g) 300g	9
	pierogi ze szpinakiem z wody (mąka pszenna 70g, jaja 30g, olej rzepakowy 5g, szinak, twaróg 50g, ziota) 250g (6szt.)	1a,3 .7	pierogi ze szpinakiem z wody (mąka pszenna 70g, jaja 30g, olej rzepakowy 5g, szinak, twaróg 50g, ziota) 250g (6szt.)	1a,3 .7	pierogi ze szpinakiem z wody (mąka pszenna razowa 70g, jaja 30g, olej rzepakowy 5g, szinak, twaróg 50g, ziota) 250g (6szt.)	1a,3 .7	pierogi ze szpinakiem z wody (mąka pszenna 70g, jaja 30g, olej rzepakowy 5g, szinak, twaróg 50g, ziota) 250g (6szt.)	1a,3 .7	pierogi ze szpinakiem z wody (mąka pszenna 70g, jaja 30g, olej rzepakowy 5g, szinak, twaróg 50g, ziota) 250g (6szt.)	1a,3 .7
	kefir 150g	7	kefir 150g	7	kefir 150g	7	kefir 150g	7	kefir 150g	7
	kapusta kiszona z marchewką (olej, sól, pieprz) 120g		sałatka z buraków gotowanych (burak, jabłko, olej, cytryna) 120g		kapusta kiszona z marchewką (olej, sól, pieprz) 120g		sałatka z buraków gotowanych (burak, jabłko, olej, cytryna) 120g		sałatka z buraków gotowanych (burak, jabłko, olej, cytryna) 120g	
	herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml	
	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g	1a
K O L A C J A	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	ogórek zielony 60g		ogórek kiszony bez skórki 60g		ogórek zielony 60g		ogórek kiszony bez skórki 60g		mtode marchewki gotowane 60g	
	sałata zielona 20g		sałata zielona 20g		sałata zielona 20g		sałata zielona 20g		sałata zielona 20g	
	pasta twarogowa ze szprotką z wody ze słodką papryką 90g	4,7	pasta twarogowa ze szprotką z wody ze słodką papryką 90g	4,7	pasta twarogowa ze szprotką z wody ze słodką papryką 90g	4,7	pasta twarogowa ze szprotką z wody ze słodką papryką 120g	4,7	pasta twarogowa ze szprotką z wody 90g	4,7
	szynka wieprzowa kanapkowa 60g		szynka wieprzowa kanapkowa 60g		szynka wieprzowa kanapkowa 60g		szynka wieprzowa kanapkowa 80g		szynka wieprzowa kanapkowa 60g	
PN	jogurt naturalny 150g	7	jogurt naturalny 150g	7	jogurt naturalny 150g	7	jogurt naturalny 150g	7	jogurt naturalny 150g	7
	2 144		2 123		2 216		2 228		2 226	
	108,4		108,2		107,1		114,2		112,8	
	74,1		74,6		77,6		76,4g		77,5	
	32,1		31,9		32,8		33,1		32,8	
	265,8		265,3		290,3		276,1		284,9	
	56		57		51,3		58,1		58,8	
	21,5		20,9		36,4		22,3		32,1	
	2064,4		2971,9		3189		2237,6		3157,5	

CZWARTEK 4.09.2025			JADŁOSOPIS EUROMEDICARE			lccatering				
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY
S N I A D A N I E	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		1 herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo pszenne 100g		1a pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g	1a
	masło extra 10g	7	masło extra 10g		masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	ogórek kiszony 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g		ogórek kiszony 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g		marchewka baby z wody 30g	
	kietki botwinki 10g		kietki botwinki 10g		kietki botwinki 10g		kietki botwinki 10g		kietki botwinki 10g	
O B I A D	serek grani z pietruszką 90g	7	serek grani z pietruszką 90g		7 serek grani z pietruszką 90g	7	serek grani z pietruszką 120g	7	serek grani z pietruszką 90g	7
	szynka drobiowa kanapkowa 60g		szynka wieprzowa kanapkowa 60g		szynka wieprzowa kanapkowa 60g		szynka wieprzowa kanapkowa 80g		szynka wieprzowa kanapkowa 60g	
	25				jabłko 150g		jabłko 150g			
	zupa zacierkowa (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniak 100g, zacierki pszenne (mąka pszenna, jaja, sól)) 300g	1a,3 ,7,9	zupa zacierkowa (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniak 100g, zacierki pszenne (mąka pszenna, jaja, sól)) 300g	1a,3 ,7,9	1a,3 ,7,9 zupa zacierkowa (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniak 100g, zacierki pszenne (mąka pszenna, jaja, sól)) 300g	1a,3 ,7,9	1a,3 ,7,9 zupa zacierkowa (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniak 100g, zacierki pszenne (mąka pszenna, jaja, sól)) 300g	1a,3 ,7,9	1a,3 ,7,9 zupa zacierkowa (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniak 100g, zacierki pszenne (mąka pszenna, jaja, sól)) 300g	1a,3 ,7,9
	gotąbki bez zawijania duszone w sosie pomidorowym (topatka 100g, passata pomidorowa 100g, olej rzepakowy, ryż biały, koper, sól, ziola) 300g		gotąbki bez zawijania duszone w sosie pomidorowym (topatka 100g, passata pomidorowa 100g, olej rzepakowy, ryż biały, koper, sól, ziola) 300g		gotąbki bez zawijania duszone w sosie pomidorowym (topatka 100g, passata pomidorowa 100g, olej rzepakowy, ryż brązowy, koper, sól, ziola) 300g		gotąbki bez zawijania duszone w sosie pomidorowym (topatka 100g, passata pomidorowa 100g, olej rzepakowy, ryż biały, koper, sól, ziola) 300g		gotąbki bez zawijania duszone w sosie własnym (topatka 100g, olej rzepakowy, ryż biały, koper, sól, ziola) 300g	
	ziemniaki z wody 200g		ziemniaki z wody 200g		ziemniaki z wody 200g		ziemniaki z wody 200g		ziemniaki z wody 200g	
K O L A C J A	fasolka szparagowa z wody 120g		fasolka szparagowa z wody 120g		fasolka szparagowa z wody 120g		fasolka szparagowa z wody 120g		fasolka szparagowa z wody 120g	
	herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml	
	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo pszenne 100g		1a pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g	1a
	masło extra 10g	7	masło extra 10g		7 masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
PN	papryka zielona 30g		pietruszką (burak gotowany, olej, ziola, pietruszka) 30g		papryka zielona 30g		pietruszką (burak gotowany, olej, ziola, pietruszka) 30g		pietruszką (burak gotowany, olej, ziola, pietruszka) 30g	
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
	połudwica sopocka 80g		połudwica sopocka 80g		połudwica sopocka 80g		połudwica sopocka 100g		połudwica sopocka 80g	
	ser żółty 60g	7	ser żółty odtłuszczony 60g		7 ser żółty 60g	7	ser żółty 60g	7	ser żółty odtłuszczony 60g	7
	serek homogenizowany b/c 130g	7	serek homogenizowany b/c 130g		7 serek homogenizowany b/c 130g	7	serek homogenizowany b/c 130g	7	serek homogenizowany b/c 130g	7

PIĄTEK 5.09.2025			JADŁOSOPIS EUROMEDICARE						catering	
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY
Ś N I A D A N I E	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g	1a
	masto extra 10g	7	masto extra 10g	7	masto extra 10g	7	masto extra 10g	7	masto extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	papryka żółta 30g		marchew w plasterkach gotowan: 30g		papryka żółta 30g		marchew w plasterkach gotowan: 30g		marchew w plasterkach gotowan: 30g	
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
	mozzarella plastry 60g	7	mozzarella plastry 60g	7	mozzarella plastry 60g	7	mozzarella plastry 80g	7	mozzarella plastry 60g	7
	domowa szynka z kurczaka 60g		domowa szynka z kurczaka 60g		domowa szynka z kurczaka 60g		domowa szynka z kurczaka 80g		domowa szynka z kurczaka 60g	
25					mandarynka 80g		mandarynka 80g			
O B I A D	krem z warzyw (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, kalafior 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 300g	9	krem z warzyw (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, kalafior 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 300g	9	krem z warzyw (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, kalafior 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 300g	9	krem z warzyw (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, kalafior 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 300g	9	krem z warzyw (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, kalafior 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 300g	9
	miruna pieczona w cieście na sosie koperkowym (miruna 120g, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna, koper, mąka ziemniaczana, olej rzepakowy) 200g	1a,4 ,9	miruna pieczona w cieście na sosie koperkowym (miruna 120g, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna, koper, mąka ziemniaczana, olej rzepakowy) 200g	1a,4 ,9	miruna pieczona w cieście na sosie koperkowym (miruna 120g, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna razowa, koper, mąka ziemniaczana, olej rzepakowy) 200g	1a,4 ,9	miruna pieczona w cieście na sosie koperkowym (miruna 120g, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna, koper, mąka ziemniaczana, olej rzepakowy) 250g	1a,4 ,9	miruna pieczona w cieście na sosie koperkowym (miruna 120g, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna, koper, mąka ziemniaczana, olej rzepakowy) 200g	1a,4 ,9
	ryż jaśminowy 150g		ryż jaśminowy 150g		ryż jaśminowy 150g		ryż jaśminowy 150g		ryż jaśminowy 150g	
	surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym i pietruszką zieloną, sól 120g		buraki tarte (burak, gotowany tarty) 120g		surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym i pietruszką zieloną, sól 120g		buraki tarte (burak, gotowany tarty) 120g		buraki tarte (burak, gotowany tarty) 120g	
	herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml	
	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g	1a
K O L A C J A	masto extra 10g	7	masto extra 10g	7	masto extra 10g	7	masto extra 10g	7	masto extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	ogórek zielony 30g		pasta z cukinii z kolendrą 30g		ogórek zielony 30g		pasta z cukinii z kolendrą 30g		pasta z cukinii z kolendrą 30g	
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
	twaróg plastry 60g	7	twaróg plastry 60g	7	twaróg plastry 60g	7	twaróg plastry 60g	7	twaróg plastry 60g	7
	hummus 60g	11	pasztet drobiowy pieczony, niskotłuszczowy 60g		hummus 60g	11	pasztet drobiowy pieczony, niskotłuszczowy 100g		pasztet drobiowy pieczony, niskotłuszczowy 60g	
PN	kefir 150g	7	kefir 150g	7	kefir 150g	7	kefir 150g	7	kefir 150g	7
									</	

SOBOTA 6.09.2025			JADŁOSOPIS EUROMEDICARE						catering						
	PODSTAWOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA		ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGŁOWODANÓW		ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO		ALERGENY
S N I A D A N I E	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml	1b,1 c,7	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml	1b,1 c,7	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml	1b,1 c,7	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml	1b,1 c,7	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml	1b,1 c,7
	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1a,1 b	pieczywo pszenne	100g	1a	pieczywo pszenne razowe	120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1a,1 b	pieczywo graham	120g	1a
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek zielony	30g		plastry parzonej cukinii	30g		ogórek zielony	30g		plastry parzonej cukinii	30g		plastry parzonej cukinii	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
serek kanapkowy ze szczypiorkie	60g	7	serek kanapkowy śmietankowy	60g	7	serek kanapkowy ze szczypiorkie	60g	7	serek kanapkowy śmietankowy	60g	7	serek kanapkowy śmietankowy	60g	7	
szynka wieprzowa gotowana	60g		szynka wieprzowa gotowana	60g		szynka wieprzowa gotowana	60g		szynka wieprzowa gotowana	60g		szynka wieprzowa gotowana	60g		
25							jabłtko	150g		jabłtko	150g				
O B I A D	jarzynowa z ziemniakami (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	300g	9	jarzynowa z ziemniakami (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	300g	9	jarzynowa z ziemniakami (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	300g	9	jarzynowa z ziemniakami (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	300g	9	jarzynowa z ziemniakami (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	300g	9
	wegański pulpet duszony w sosie z warzyw (tofu, ziemniaki, marchew, kalafior, fasolka szparagowa, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, olej)	250g	9	wegański pulpet duszony w sosie z warzyw (tofu, ziemniaki, marchew, kalafior, fasolka szparagowa, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, olej)	250g	6,9	wegański pulpet duszony w sosie z warzyw (tofu, ziemniaki, marchew, kalafior, fasolka szparagowa, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, olej)	250g	6,9	wegański pulpet duszony w sosie z warzyw (tofu, ziemniaki, marchew, kalafior, fasolka szparagowa, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, olej)	250g	6,9	wegański pulpet duszony w sosie z warzyw (tofu, ziemniaki, marchew, kalafior, fasolka szparagowa, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, olej)	250g	6,9
	makaron pszenny	150g	1a	makaron pszenny	150g	1a	makaron pszenny razowy	150g	1a	makaron pszenny	150g	1a	makaron pszenny	150g	1a
	herbata owocowa	250ml		herbata owocowa	250ml		herbata owocowa	250ml		herbata owocowa	250ml		herbata owocowa	250ml	
K O L A C J A	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1a,1 b	pieczywo pszenne	100g	1a	pieczywo pszenne razowe	120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1a,1 b	pieczywo graham	120g	1a
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	papryka żółta	30g		plastry gotowanej marchewki	30g		papryka żółta	30g		plastry gotowanej marchewki	30g		plastry gotowanej marchewki	30g	
	rukola	10g		rukola	10g		rukola	10g		rukola	10g		rukola	10g	
	serek homogenizowany b/c śmietankowy	130g	7	serek homogenizowany b/c śmietankowy	130g	7	serek homogenizowany b/c śmietankowy	130g	7	serek homogenizowany b/c śmietankowy	130g	7	serek homogenizowany b/c śmietankowy	130g	7
połudwica drobiowa z warzywami	60g		połudwica drobiowa z warzywami	60g		połudwica drobiowa z warzywami	60g		połudwica drobiowa z warzywami	80g		połudwica drobiowa z warzywami	60g		
PN	maślanka	200ml	7	maślanka	200ml	7	maślanka	200ml	7	maślanka	200ml	7	maślanka	200ml	7
	2144 108,4 74,1 32,1 265,8 56 21,5 2064,4		2123 108,2 74,6 31,9 265,3 57 20,9 2971,9		2216 107,1 77,6 32,8 290,3 51,3 36,4 3189		2228 114,2 76,4g 33,1 276,1 58,1 22,3 2237,6		2226 112,8 77,5 32,8 284,9 58,8 32,1 3157,5						

NIEDZIELA 7.09.2025			JADŁOSOPIS EUROMEDICARE						locatering						
PODSTAWOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA		ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO		ALERGENY	
S N I A D A N I E	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml	1b,1 c,7	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml	1b,1 c,7	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml	1b,1 c,7	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml	1b,1 c,7	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml	1b,1 c,7
	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1a,1 b	pieczywo pszenne	100g	1a	pieczywo pszenne razowe	120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1a,1 b	pieczywo graham	120g	1a
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek kiszony	30g		ogórek kiszony bez skórki	30g		ogórek kiszony	30g		ogórek kiszony bez skórki	30g		burak gotowany w plastrach	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	jaja na twardo	100 g	3	jaja na miękko	100 g	3	jaja na twardo	100g	3	jaja na miękko	100 g	3	jaja na miękko	100 g	3
indyk gotowany	60g		indyk gotowany	60g		indyk gotowany	60g		indyk gotowany	60g		indyk gotowany	60g		
25							sok pomidorowy	200ml	sok pomidorowy		200ml				
O B I A D	rosół (bulion mięsny (mięso drobiowe i wołowe, woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,) z makaronem pszennym 150g	300g	1a, 9	bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń), z makaronem pszennym 150g	300g	1a, 9	rosół (bulion mięsny (mięso drobiowe i wołowe, woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,) z makaronem ryżowym 150g	300g	1a, 9	rosół (bulion mięsny (mięso drobiowe i wołowe, woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,) z makaronem pszennym 150g	300g	1a, 9	bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń), z makaronem pszennym 150g	300g	1a, 9
	trybowane udko duszone z marchewką (udko z kurczaka, olej,bulion warzywny,passata pomidorowa, oregano, mąka	200g	1a, 9	trybowane udko duszone z marchewką (udko z kurczaka, olej,bulion warzywny,passata pomidorowa, oregano, mąka	200g	1a, 9	trybowane udko duszone z marchewką (udko z kurczaka, olej,bulion warzywny,passata pomidorowa, oregano, mąka	200g	1a, 9	trybowane udko duszone z marchewką (udko z kurczaka, olej,bulion warzywny,passata pomidorowa, oregano, mąka	250g	1a, 9	trybowane udko duszone z marchewką (udko z kurczaka, olej,bulion warzywny, oregano, mąka pszenna, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	200g	1a, 9
	pszenna, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)			pszenna, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)			pszenna, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)			pszenna, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)			pszenna, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)		
	ziemniaki z wody	200g		ziemniaki z wody	200g		ziemniaki z wody	200g		ziemniaki z wody	200g		ziemniaki z wody	200g	
	mizeria na jogurcie (sól, pieprz)	120g	7	marchewka z wody	120g	7	mizeria na jogurcie (sól, pieprz)	120g	7	marchewka z wody	120g	7	marchewka z wody	120g	7
	herbata owocowa	250ml		herbata owocowa	250ml		herbata owocowa	250ml		herbata owocowa	250ml		herbata owocowa	250ml	
	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1a,1 b	pieczywo pszenne	100g	1a	pieczywo pszenne razowe	120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1a,1 b	pieczywo graham	120g	1a
K O L A C J A	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	papryka żółta	30g		pasta z cukinii z tymiankiem	30g		papryka żółta	30g		pasta z cukinii z tymiankiem	30g		pasta z cukinii z tymiankiem	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	serek grani z koperkiem	60g	7	serek grani z koperkiem	60g	7	serek grani z koperkiem	60g	7	serek grani z koperkiem	100g	7	serek grani z koperkiem	60g	7
	pasta z tuńczyka w sosie własnym z koperkiem na odtłuszczonej majonezie	60g	3,4, 10	pasta z tuńczyka w sosie własnym z koperkiem na odtłuszczonej majonezie	60g	3,4, 10	pasta z tuńczyka w sosie własnym z koperkiem na odtłuszczonej majonezie	60g	3,4, 10	pasta z tuńczyka w sosie własnym z koperkiem na odtłuszczonej majonezie	100g	3,4, 10	pasta z tuńczyka w sosie własnym z koperkiem na odtłuszczonej majonezie	60g	3,4, 10
PN	jogurt naturalny	150ml	7	jogurt naturalny	150ml	7	jogurt naturalny	150ml	7	jogurt naturalny	150ml	7	jogurt naturalny	150ml	7
	2 281		2 259		2 262		2 360		2 199						
	99,7		99,5		101,3		107,9		103,5						
	71,1		71,6		72,2		76,2		67,8						
	26,1		26		26		27,3		25,4						
	328,5		328		323,5		325,9		313,1						
	50,3		51,3		52,7		49,5		52,2						
	26,1		25,4		42,6		29,3		36						
	2019,3		2926,8		2189,3		1125,1		3105,8						

PONIEDZIAŁEK 8.09.2025			JADŁOSOPIS EUROMEDICARE			lccatering				
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY
S N I A D A N I E	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g	1a
	masto extra 10g	7	masto extra 10g	7	masto extra 10g	7	masto extra 10g	7	masto extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	papryka zielona 30g		burak gotowany w plastrach z pietruszką zieloną 30g		papryka zielona 30g		burak gotowany w plastrach z pietruszką zieloną 30g		burak gotowany w plastrach z pietruszką zieloną 30g	
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
	kremowa ricotta z czarnuszką 80g	7	kremowa ricotta z czarnuszką znr 80g	7	kremowa ricotta z czarnuszką 80g	7	kremowa ricotta z czarnuszką 80g	7	kremowa ricotta z czarnuszką znr 80g	7
szynka drobiowa 60g		szynka drobiowa 60g		szynka drobiowa 60g		szynka drobiowa 80g		szynka drobiowa 60g		
zS					mandarynka 80g		mandarynka 80g			
O B I A D	krupnik (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g) z kaszą jęczmienną 100g 300g	1a,9	krupnik (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g) z kaszą jęczmienną 100g 300g	1a,9	krupnik (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g) z kaszą jęczmienną 100g 300g	1a,9	krupnik (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g) z kaszą jęczmienną 100g 300g	1a,9	krupnik (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g) z kaszą jęczmienną 100g 300g	1a,9
	klops duszony w sosie koperkowym (mięso z wieprzowe, olej, oregano, liść laurowy, jaja, ziele angielskie, 200g	1a,3 ,9	klops duszony w sosie koperkowym (mięso z wieprzowe, olej, oregano, liść laurowy, jaja, ziele angielskie, 200g	1a,3 ,9	klops duszony w sosie koperkowym (mięso z wieprzowe, olej, oregano, liść laurowy, jaja, ziele angielskie, 200g	1a,3 ,9	klops duszony w sosie koperkowym (mięso z wieprzowe, olej, oregano, liść laurowy, jaja, ziele angielskie, 200g	1a,3 ,9	klops duszony w sosie koperkowym (mięso z wieprzowe, olej, oregano, liść laurowy, jaja, ziele angielskie, 200g	1a,3 ,9
	bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna, koper) 200g		bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna, koper) 200g		bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna, koper) 200g		bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna, koper) 200g		bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna, koper) 200g	
	ziemniaki gotowane 150g		ziemniaki gotowane 150g		ziemniaki gotowane 150g		ziemniaki gotowane 150g		ziemniaki gotowane 150g	
	bukiet warzyw (kalafior, marchew, brokuł) z wody 150g		bukiet warzyw (kalafior, marchew, brokuł) z wody 150g		bukiet warzyw (kalafior, marchew, brokuł) z wody 150g		bukiet warzyw (kalafior, marchew, brokuł) z wody 150g		bukiet warzyw (kalafior, marchew, brokuł) z wody 150g	
	herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml	
K O L A C J A	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g	1a
	masto extra 10g	7	masto extra 10g	7	masto extra 10g	7	masto extra 10g	7	masto extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	papryka żółta 30g		pasta z cukinii z tymiankiem 30g		papryka żółta 30g		pasta z cukinii z tymiankiem 30g		pasta z cukinii z tymiankiem 30g	
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
	ser żółty 60g	7	ser żółty odtłuszczony 60g	7	ser żółty 60g	7	ser żółty odtłuszczony 80g	7	ser żółty odtłuszczony 60g	7
	leczo z cukinią (kietbasa wieprzowa, papryka, cukinia, passata pomidorowa, cebula, olej, przyprawy) 120g		szynka wieprzowa gotowana 60g		leczo z cukinią (kietbasa wieprzowa, papryka, cukinia, passata pomidorowa, cebula, olej, przyprawy) 120g		szynka wieprzowa gotowana 80g		szynka wieprzowa gotowana 60g	
PN	kefir 150ml	7	kefir 150ml	7	kefir 150ml	7	kefir 150ml	7	kefir 150ml	7
	2 127 95,3 67,8 20,7 305,4 51,8 38,8 1907,3		2 243 110 76 22,1 291,9 59,6 32,4 3460,7		2 196 95,1 69,3 20,6 304,9 52,8 38,1 2814,8		2 366 120,9 80,5 23,2 298,2 57,1 35,9 2682,6		2 247 113,9 76,2 22,1 295,7 50,4 43,8 4571,8	

WTOREK 9.09.2025			JADŁOSOPIS EUROMEDICARE						laccaterine						
PODSTAWOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA		ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		ALERGENY	BOGATO BIAŁKOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO		ALERGENY	
S N I A D A N I E	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1a,1 b	pieczywo pszenne	100g	1a	pieczywo pszenne razowe	120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1a,1 b	pieczywo graham	120g	1a
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	papryka czerwona	60g		pomidor	60g		papryka czerwona	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	oliwki czarne półtówki	30g		oliwki czarne półtówki	30g		oliwki czarne półtówki	30g		oliwki czarne półtówki	30g		oliwki czarne półtówki	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	serek grani z ziołami greckimi	60g	7	serek grani z ziołami greckimi	60g	7	serek grani z ziołami greckimi	60g	7	serek grani z ziołami greckimi	80g	7	serek grani z ziołami greckimi	60g	7
	szynka drobiowa gotowana	60g		szynka drobiowa gotowana	60g		szynka drobiowa gotowana	60g		szynka drobiowa gotowana	60g		szynka drobiowa gotowana	60g	
25						jabłko	150g		jabłko	150g					
O B I A D	krem z cukinii (cukinia, ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna)	350ml	1a,9	krem z cukinii (cukinia, ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna)	350ml	1a,9	jarzynowa z ziemniakami (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	350ml	1a,9	krem z cukinii (cukinia, ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna)	350ml	1a,9	krem z cukinii (cukinia, ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna)	350ml	1a,9
	gulasz drobiowy (gotowane mięso drobiowe 120g , bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 100g, mąka pszenna 2g, zioła)	250g	1a,9	gulasz drobiowy (gotowane mięso drobiowe 120g , bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 100g, mąka pszenna 2g, zioła)	250g	1a,9	mięso drobiowe 120g , bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 100g, mąka pszenna 2g, zioła)	250g	1a,9	gulasz drobiowy (gotowane mięso drobiowe 120g , bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 100g, mąka pszenna 2g, zioła)	300g	1a,9	gulasz drobiowy (gotowane mięso drobiowe 120g , bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 100g, mąka pszenna 2g, zioła)	250g	1a,9
	kasza jęczmienna	150g	1c	kasza jęczmienna	150g	1c	kasza jęczmienna	150g	1c	kasza jęczmienna	150g	1c	kasza jęczmienna	150g	1c
	kapusta kiszona z marchewką (olej, sól, pieprz)	150g		marchew gotowana (sól, pieprz, nać pietruszki)	150g		kapusta kiszona z marchewką (olej, sól, pieprz)	150g		marchew gotowana (sól, pieprz, nać pietruszki)	150g		marchew gotowana (sól, pieprz, nać pietruszki)	150g	
	herbata owocowa	250ml		herbata owocowa	250ml		herbata owocowa	250ml		herbata owocowa	250ml		herbata owocowa	250ml	
	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1a,1 b	pieczywo pszenne	100g	1a	pieczywo pszenne razowe	120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1a,1 b	pieczywo graham	120g	1a
K O L A C J A	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	rzodkiew	30g		pasta z cukinii (cukinia gotowana, olej, zioła)	30g		rzodkiew	30g		pasta z cukinii (cukinia gotowana, olej, zioła)	30g		pasta z cukinii (cukinia gotowana, olej, zioła)	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	serek fromage	80g	7	serek fromage	80g	7	serek fromage	80g	7	serek fromage	100g	7	serek fromage	80g	7
	sałatka z ryżem, selerem, tuńczykiem z wody i ogórkiem kiszonym (majonez	200g	4,9, 10	sałatka z ryżem, selerem, tuńczykiem z wody i ogórkiem kiszonym bez skórki (majonez	200g	4,9, 10	sałatka z ryżem brązowym, selerem, tuńczykiem z wody i ogórkiem kiszonym (majonez	200g	4,9, 10	sałatka z ryżem, selerem, tuńczykiem z wody i ogórkiem kiszonym (majonez	300g	4,9, 10	sałatka z ryżem, selerem, tuńczykiem z wody (majonez	200g	4,9, 10
	odtłuszczony, sól, pieprz)			odtłuszczony, sól, pieprz)			odtłuszczony, sól, pieprz)			odtłuszczony, sól, pieprz)			odtłuszczony, sól, pieprz)		
PN	jogurt naturalny	150g	7	jogurt naturalny	150g	7	jogurt naturalny	150g	7	jogurt naturalny	150g	7	jogurt naturalny	150g	7
	2 196		2 180		2 210		2 216		2 225						
	97,2		97,2		94,4		100,5		100,3						
	57		57,6		58,9		57,7		58,9						
	18,8		18,7		18,8		19,1		18,9						
	329,6		330,2		344,6		329,9		340,4						
	58,5		59,5		52,3		58,5		59,8						
	30,8		30,6		45,3		30,8		41,5						
	2296		3201,1		3392,8		2473,5		3358,9						

ŚRODA 10.09.2025				JADŁOSOPIS EUROMEDICARE				catering			
PODSTAWOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY	
S N I A D A N I E	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a, 7	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a, 7	pieczywo graham 120g	1a	
	masło extra 10g		masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g		masło extra 10g	7	
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		
	ogórek kiszony 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g		ogórek kiszony 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g		cukinia gotowana plastry 30g		
O B I A D	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		
	twaróg półtłusty w plastrach 60g	7	twaróg półtłusty w plastrach 60g	7	twaróg półtłusty w plastrach 60g	7	twaróg półtłusty w plastrach 60g	7	twaróg półtłusty w plastrach 60g	7	
	szynka drobiowa gotowana 60g		szynka drobiowa gotowana 60g		szynka drobiowa gotowana 60g		szynka drobiowa gotowana 60g		szynka drobiowa gotowana 60g		
					sok pomidorowy 200ml		sok pomidorowy 200ml				
K O L A C J A	kalafiorowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g, kalafior 100g, marchew, pietruszka, nać pietruszki) 300g	1a, 9	kalafiorowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g, kalafior 100g, marchew, pietruszka, nać pietruszki) 300g	1a, 9	kalafiorowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g, kalafior 100g, marchew, pietruszka, nać pietruszki) 300g	1a, 9	kalafiorowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g, kalafior 100g, marchew, pietruszka, nać pietruszki) 300g	1a, 9	kalafiorowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g, kalafior 100g, marchew, pietruszka, nać pietruszki) 300g	1a, 9	
	bitka wieprzowa duszona z marchewką (topatka, olej, bulion warzywny, passata pomidorowa, oregano, mąka pszenna, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 200g	1a, 9	bitka wieprzowa duszona z marchewką (topatka, olej, bulion warzywny, passata pomidorowa, oregano, mąka pszenna, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 200g	1a, 9	bitka wieprzowa duszona z marchewką (topatka, olej, bulion warzywny, passata pomidorowa, oregano, mąka pszenna, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 200g	1a, 9	bitka wieprzowa duszona z marchewką (topatka, olej, bulion warzywny, passata pomidorowa, oregano, mąka pszenna, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 200g	1a, 9	bitka wieprzowa duszona z marchewką (topatka, olej, bulion warzywny, passata pomidorowa, oregano, mąka pszenna, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 200g	1a, 9	
	ryż basmati 150g		ryż basmati 150g		ryż basmati 150g		ryż basmati 150g		ryż basmati 150g		
	surówka z selera i marchwii (sól, pieprz, olej rzepakowy) 120g	9	surówka z selera i marchwii (sól, pieprz, olej rzepakowy) 120g	9	surówka z selera i marchwii (sól, pieprz, olej rzepakowy) 120g	9	surówka z selera i marchwii (sól, pieprz, olej rzepakowy) 120g	9	surówka z selera i marchwii (sól, pieprz, olej rzepakowy) 120g	9	
	herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		
P N	herbata czarna 250ml	1a, 1h	herbata czarna 250ml	1a	herbata czarna 250ml	1a	herbata czarna 250ml	1a, 1h	herbata czarna 250ml	1a	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	7	pieczywo pszenne 100g	7	pieczywo pszenne razowe 120g	7	pieczywo pszenno-żytnie 100g	7	pieczywo graham 120g	7	
	masło extra 10g		masło extra 10g		masło extra 10g		masło extra 10g		masło extra 10g		
	pomidorki koktajlowe 60g		pomidorki koktajlowe 60g		pomidorki koktajlowe 60g		pomidorki koktajlowe 60g		pomidorki koktajlowe 60g		
	papryka czerwona 30g		pasta z pieczonego buraka 30g		papryka czerwona 30g		pasta z pieczonego buraka 30g		pasta z pieczonego buraka 30g		
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		
	ser capresi 80g	7	ser capresi 80g	7	ser capresi 80g	7	ser capresi 100g	7	ser capresi 80g	7	
	nalesnik parowany z tuńczykiem z wody, ser mozzarella (mąka pszenna 50g, jajka 60g, mozzarella, tuńczyk, olej rzepakowy, sól, ziota, marchew 50g, cukinia 50g) 200g	1a, 3, 4, 7	nalesnik parowany z tuńczykiem z wody, ser mozzarella (mąka pszenna 50g, jajka 60g, mozzarella, tuńczyk, olej rzepakowy, sól, ziota, marchew 50g, cukinia 50g) 200g	1a, 3, 4, 7	nalesnik parowany z tuńczykiem z wody, ser mozzarella (mąka pszenna 50g, jajka 60g, mozzarella, tuńczyk, olej rzepakowy, sól, ziota, marchew 50g, cukinia 50g) 200g	1a, 3, 4, 7	nalesnik parowany z tuńczykiem z wody, ser mozzarella (mąka pszenna 50g, jajka 60g, mozzarella, tuńczyk, olej rzepakowy, sól, ziota, marchew 50g, cukinia 50g) 200g	1a, 3, 4, 7	nalesnik parowany z tuńczykiem z wody, ser mozzarella (mąka pszenna 50g, jajka 60g, mozzarella, tuńczyk, olej rzepakowy, sól, ziota, marchew 50g, cukinia 50g) 200g	1a, 3, 4, 7	
serek homogenizowany b/c 130g		7	serek homogenizowany b/c 130g	7	serek homogenizowany b/c 130g	7	serek homogenizowany b/c 130g	7	serek homogenizowany b/c 130g	7	
2 149			2 133		2 239		2 246		2 183		
111,6			111,6		111,9		118,7		114,7		
65,7			66,3		70,5		68,7		67,6		
21,2			21,1		21,6		21,7		21,3		
285,5			286,1		311,5		297,2		298		
54			55		48,3		54,4		55,9		
26,1			25,9		43,9		29,3		37,8		
1369,5			2274,6		1888,2		799,7		2453,7		

CZWARTEK 11.09.2025			JADŁOSOPIS EUROMEDICARE			catering				
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY
S N I A D A N I E	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo pszenne 100g		pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g	1a
	masło extra 10g	7	masło extra 10g		masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	ogórek zielony 30g		marchewka baby z wody 30g		ogórek zielony 30g		marchewka baby z wody 30g		marchewka baby z wody 30g	
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
	fritata z pieca mozzarellą i młodym szpinakiem (olej, jaja, mozzarella, szpinak liście) 150g	3,7	fritata z pieca mozzarellą i młodym szpinakiem (olej, jaja, mozzarella, szpinak liście) 150g	3,7	fritata z pieca mozzarellą i młodym szpinakiem (olej, jaja, mozzarella, szpinak liście) 150g	3,7	fritata z pieca mozzarellą i młodym szpinakiem (olej, jaja, mozzarella, szpinak liście) 150g	3,7	fritata z pieca mozzarellą i młodym szpinakiem (olej, jaja, mozzarella, szpinak liście) 150g	3,7
szynka drobiowa gotowana 60g		szynka drobiowa gotowana 60g		szynka drobiowa gotowana 60g		szynka drobiowa gotowana 80g		szynka drobiowa gotowana 60g		
zS					gruszka 150g		gruszka 150g			
O B I A D	szpinakowa z ryżem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, szpinak 50g, marchew 50g, seler 20g, pietruszka, ryż 100g) 300g	9	szpinakowa z ryżem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, szpinak 50g, marchew 50g, seler 20g, pietruszka, ryż 100g) 300g	9	szpinakowa z ryżem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, szpinak 50g, marchew 50g, seler 20g, pietruszka, ryż brązowy 100g) 300g	9	szpinakowa z ryżem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, szpinak 50g, marchew 50g, seler 20g, pietruszka, ryż 100g) 300g	9	szpinakowa z ryżem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, szpinak 50g, marchew 50g, seler 20g, pietruszka, ryż 100g) 300g	9
	kotlet pożarski smażony bez tłuszczu (pierś z kurczaka 120g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziola) 200g	1a,1 b	pierś z kurczaka duszona w sosie tymiankowym (pierś z kurczaka 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, koper, sól 200g	1a,9	kotlet pożarski smażony bez tłuszczu (pierś z kurczaka 120g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziola) 200g	1a	pierś z kurczaka duszona w sosie tymiankowym (pierś z kurczaka 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, koper, sól 200g	1a,9	pierś z kurczaka duszona w sosie tymiankowym (pierś z kurczaka 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, koper, sól 200g	1a,9
	ziemniaki z koperkiem 200g		ziemniaki z koperkiem 200g		ziemniaki z koperkiem 200g		ziemniaki z koperkiem 200g		ziemniaki z koperkiem 200g	
	fasolka szparagowa z wody 120g		fasolka szparagowa z wody 120g		fasolka szparagowa z wody 120g		fasolka szparagowa z wody 120g		fasolka szparagowa z wody 120g	
	herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml	
K O L A C J A	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g	1a
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	ogórek 30g		pasta z cukinii 30g		ogórek 30g		pasta z cukinii 30g		pasta z cukinii 30g	
	roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g	
	szynka wieprzowa gotowana 80g		szynka wieprzowa gotowana 80g		szynka wieprzowa gotowana 80g		szynka wieprzowa gotowana 80g		szynka wieprzowa gotowana 80g	
ser żółty 60g	7	ser żółty odtłuszczony 60g	7	ser żółty 60g	7	ser żółty odtłuszczony 60g	7	ser żółty odtłuszczony 60g	7	
PN	jogurt naturalny 150g	7	jogurt naturalny 150g	7	jogurt naturalny 150g	7	jogurt naturalny 150g	7	jogurt naturalny 150g	7
energia (kcal)	2 127		2 196		2 199		2 191		2 166	
białko (g)	95,3		95,1		95,5		103,5		98,2	
tłuszcz ogółem (g)	67,8		69,3		68,2		69		69,6	
kwasy tłuszczowe nasycone (g)	20,7		20,6		21,1		21,4		20,8	
węglowodany ogółem (g)	305,4		304,9		322,2		308,1		316,8	
mono i disacharydy (g)	51,8		52,8		47,5		54,2		53,7	
błonnik (g)	38,8		38,1		55		40,9		49,9	
sód	1907,3		2814,8		2423,8		1472,4		2993,9	

PIĄTEK 12.09.2025			JADŁOSOPIS EUROMEDICARE				catering			
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY
Ś N I A D A N I E	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo pszenne 100g		pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g	1a
	masto extra 10g	7	masto extra 10g		masto extra 10g	7	masto extra 10g	7	masto extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	papryka żółta 30g		marchewka baby z wody 30g		papryka żółta 30g		marchewka baby z wody 30g		marchewka baby z wody 30g	
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
	serek wiejski z koperkiem 100g	7	serek wiejski z koperkiem 100g		serek wiejski z koperkiem 60g	7	serek wiejski z koperkiem 100g	7	serek wiejski z koperkiem 60g	7
	połędwica drobiowa 60g		połędwica drobiowa 60g		połędwica drobiowa 60g		połędwica drobiowa 80g		połędwica drobiowa 60g	
25					banan zielony 150g	7	banan 150g	7		
O B I A D	jarzynowa z ziemniakami i soczewicą (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, soczewica 100g, bulion 300g, warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	9	jarzynowa z ziemniakami (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	9	jarzynowa z ziemniakami i soczewicą (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, soczewica 100g, bulion 300g, warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	9	jarzynowa z ziemniakami i soczewicą (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, soczewica 100g, bulion 300g, warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	9	jarzynowa z ziemniakami (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	9
	ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem (ryż biały 150g, mleko, jabłka 100g, cynamon, olej).	7	ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem (ryż biały 150g, mleko, mus jabłkowy 100g, cynamon, olej).	7	kurczakiem (ryż brązowy 150g, cukinia, marchew, papryka czerwona, kurczak 100g, olej).	7	ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem (ryż biały 150g, mleko, mus jabłkowy 100g, cynamon, olej).	7	ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem (ryż biały 150g, mleko, mus jabłkowy 100g, cynamon, olej).	7
	serek homogenizowany b/c waniliowy 120g		serek homogenizowany b/c waniliowy 120g				serek homogenizowany b/c waniliowy 120g		serek homogenizowany b/c waniliowy 120g	
	herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml	
K O L A C J A	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g	1a
	masto extra 10g	7	masto extra 10g	7	masto extra 10g	7	masto extra 10g	7	masto extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	ogórek zielony 30g		burak w plastach 30g		ogórek zielony 30g		burak w plastach 30g		burak w plastach 30g	
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
	serek kanapkowy śmietankowy 130g	7	serek kanapkowy śmietankowy 130g	7	serek kanapkowy śmietankowy 130g	7	serek kanapkowy śmietankowy 130g	7	serek kanapkowy śmietankowy 130g	7
	kurczak z warzywami w galarecie 60g	7	kurczak z warzywami w galarecie 60g	7	kurczak z warzywami w galarecie 60g	7	kurczak z warzywami w galarecie 60g	7	kurczak z warzywami w galarecie 60g	7
PN	maślanka 200ml	7	maślanka 200ml	7	maślanka 200ml	7	maślanka 200ml	7	maślanka 200ml	7
	2 143		2 213		2 279		2 294		2 279	
	124		135,1		124,3		144,1		139,5	
	50,2		53,5		97,5		57,7		55,1	
	18		18,1		36,4		19		18,2	
	310,1		313,2		295,9		310,4		328,3	
	58,9		56,2		58,5		57,9		56,3	
	35,1		35,1		18,3		39,2		49,9	
	2033,9		2978,3		3906,1		1310		3198,8	

SOBOTA 13.09.2025			JADŁOSOPIS EUROMEDICARE							
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY
ŚNIADEK	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml	1b,1 c,7 inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml	1b,1 c,7 inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml	1b,1 c,7 inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml	1b,1 c,7 inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml
	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1a,1 b pieczywo pszenne	100g	1a pieczywo pszenne razowe	120g	1a pieczywo pszenno-żytnie	100g	1a,1 b pieczywo graham	120g
	masło extra	10g	7 masło extra	10g	7 masło extra	10g	7 masło extra	10g	7 masło extra	10g
	pomidor	60g	7 pomidor	60g	7 pomidor	60g	7 pomidor	60g	7 pomidor	60g
	czarne oliwki potówki	30g	czarne oliwki potówki	30g	czarne oliwki potówki	30g	czarne oliwki potówki	30g	czarne oliwki potówki	30g
	sałata zielona	10g	sałata zielona	10g	sałata zielona	10g	sałata zielona	10g	sałata zielona	10g
ZS	jaja na twardo	100 g	3 jaja na miękko	100 g	3 jaja na twardo	100g	3 jaja na miękko	100 g	3 jaja na miękko	100 g
	szynka z kurczaka parzona	60g	szynka z kurczaka parzona	60g	szynka z kurczaka parzona	60g	szynka z kurczaka parzona	80g	szynka z kurczaka parzona	60g
OBŁAD					jabłko	150g	jabłko	150g		
	zupa pieczarkowa (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, pietruszka, pieczarki ziemniaki, seler, nać)	300g	9 krem z białych warzyw (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, pietruszka, ziemniaki, seler, nać)	300g	9 zupa pieczarkowa (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, pietruszka, pieczarki ziemniaki, seler, nać)	300g	9 krem z białych warzyw (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, pietruszka, ziemniaki, seler, nać)	300g	9 zupa pieczarkowa (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, pietruszka, pieczarki ziemniaki, seler, nać)	300g
	kotlet wegetariański pieczony (twaróg, szpinak, cukinia, marchew, pietruszka, jaja, mąka pszenna.	350g	1a, 3, 7 kotlet wegetariański pieczony (twaróg, szpinak, cukinia, marchew, pietruszka, jaja, mąka pszenna.	350g	1a kotlet wegetariański pieczony (twaróg, szpinak, cukinia, marchew, pietruszka, jaja, mąka pszenna.	350g	1a kotlet wegetariański pieczony (twaróg, szpinak, cukinia, marchew, pietruszka, jaja, mąka pszenna.	350g	1a kotlet wegetariański pieczony (twaróg, szpinak, cukinia, marchew, pietruszka, jaja, mąka pszenna.	350g
	kasza bulgur	200g	1a kasza bulgur	200g	1a kasza bulgur	200g	1a kasza bulgur	200g	1a kasza bulgur	200g
	surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym i pietruszką	120g	brokuł gotowany	120g	surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym i pietruszką	120g	brokuł gotowany	120g	brokuł gotowany	120g
	herbata owocowa	250ml	herbata owocowa	250ml	herbata owocowa	250ml	herbata owocowa	250ml	herbata owocowa	250ml
KOLACJA	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1a,1 b pieczywo pszenne	100g	1a pieczywo pszenne razowe	120g	1a pieczywo pszenno-żytnie	100g	1a,1 b pieczywo graham	120g
	masło extra	10g	7 masło extra	10g	7 masło extra	10g	7 masło extra	10g	7 masło extra	10g
	pomidor	60g	7 pomidor	60g	7 pomidor	60g	7 pomidor	60g	7 pomidor	60g
	ogórek zielony	30g	pasta z marchewki z pietruszką (marchew, gotowana, pietruszka nać, olej)	30g	ogórek zielony	30g	pasta z marchewki z pietruszką (marchew, gotowana, pietruszka nać, olej)	30g	pasta z marchewki z pietruszką (marchew, gotowana, pietruszka nać, olej)	30g
	roszponka	10g	roszponka	10g	roszponka	10g	roszponka	10g	roszponka	10g
	indyk w galarecie	80g	indyk w galarecie	80g	indyk w galarecie	80g	indyk w galarecie	80g	indyk w galarecie	80g
PM	mozzarella plastry	60g	7 mozzarella plastry	60g	7 mozzarella plastry	60g	7 mozzarella plastry	60g	7 mozzarella plastry	60g
	jogurt naturalny	150g	7 jogurt naturalny	150g	7 jogurt naturalny	150g	7 jogurt naturalny	150g	7 jogurt naturalny	150g
energia (kcal)	2 144		2 123		2 216		2 228		2 226	
białko (g)	108,4		108,2		107,1		114,2		112,8	
tłuszcze ogółem (g)	74,1		74,6		77,6		76,4g		77,5	
kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32,1		31,9		32,8		33,1		32,8	
węglowodany ogółem (g)	265,8		265,3		290,3		276,1		284,9	
mono i disacharydy (g)	56		57		51,3		58,1		58,8	
błonnik (g)	21,5		20,9		36,4		22,3		32,1	
sód	2064,4		2971,9		3189		2237,6		3157,5	

NIEDZIELA 14.09.2025									
JADŁOSOPIS EUROMEDICARE									
									
PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY
inką (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto)) 200ml herbata czarna 250ml S N I A D A N I E pieczywo pszenno-żytnie 100g masło extra 10g pomidor 60g ogórek zielony 30g sałata zielona 10g frankfurterka z wody 60g ser żółty plastry 80g	1b,1 c,7 1a,1 b 7	inką (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto)) 200ml herbata czarna 250ml pieczywo pszenne 100g masło extra 10g pomidor 60g plastry buraka gotowanego z pietruszką 30g sałata zielona 10g frankfurterka z wody 60g ser żółty odtłuszczony plastry 80g	1b,1 c,7 1a 7	inką (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto)) 200ml herbata czarna 250ml pieczywo pszenne razowe 120g masło extra 10g pomidor 60g ogórek zielony 30g sałata zielona 10g frankfurterka z wody 60g ser żółty plastry 80g	1b,1 c,7 1a 7	inką (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto)) 200ml herbata czarna 250ml pieczywo pszenno-żytnie 100g masło extra 10g pomidor 60g plastry buraka gotowanego z pietruszką 30g sałata zielona 10g frankfurterka z wody 60g ser żółty odtłuszczony plastry 80g	1b,1 c,7 1a,1 b 7 3,7 7	inką (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto)) 200ml herbata czarna 250ml pieczywo graham 120g masło extra 10g pomidor 60g plastry buraka gotowanego z pietruszką 30g sałata zielona 10g frankfurterka z wody 60g ser żółty odtłuszczony plastry 80g	1b,1 c,7 1a 7 7
25				sok pomidorowy 200g		sok pomidorowy 200g			
O B I A D rosół (bulion mięsny (mięso drobiowe i wołowe, woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,) z makaronem pszennym 150g pieczony schab z sosem własnym (schab wieprzowy 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, sól, pieprz) ziemniaki z koperkiem 200g biała kapusta gotowana (olej rzepakowy, sól, pieprz) 120g herbata owocowa 250ml herbata czarna 250ml	1a,9 9	bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń), z makaronem pszennym 150g pieczony schab z sosem własnym (schab wieprzowy 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, sól, pieprz) ziemniaki z koperkiem 200g marchew tarta z olejem rzepakowym 120g herbata owocowa 250ml herbata czarna 250ml	1a,9 9	rosół (bulion mięsny (mięso drobiowe i wołowe, woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,) z makaronem ryżowym 150g pieczony schab z sosem własnym (schab wieprzowy 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, sól, pieprz) ziemniaki z koperkiem 200g biała kapusta gotowana (olej rzepakowy, sól, pieprz) 120g herbata owocowa 250ml herbata czarna 250ml	1a,9 9	rosół (bulion mięsny (mięso drobiowe i wołowe, woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,) z makaronem pszennym 150g pieczony schab z sosem własnym (schab wieprzowy 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, sól, pieprz) ziemniaki z koperkiem 200g marchew tarta z olejem rzepakowym 120g herbata owocowa 250ml herbata czarna 250ml	1a,9 9	bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń), z makaronem pszennym 150g pieczony schab z sosem własnym (schab wieprzowy 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, sól, pieprz) ziemniaki z koperkiem 200g marchew tarta z olejem rzepakowym 120g herbata owocowa 250ml herbata czarna 250ml	1a,9 9
K O L A C J A pieczywo pszenno-żytnie 100g masło extra 10g pomidor 60g papryka zielona 30g sałata masłowa 10g twaróg półtłusty plastry 60g pasta z makreli w sosie własnym z ogórkiem kiszonym bez skórki z ziołami 100g	1a,1 b 7 7 7 7 4	pieczywo pszenne 100g masło extra 10g pomidor 60g ogórek kiszony bez skórki 30g sałata masłowa 10g twaróg półtłusty plastry 60g pasta z makreli w sosie własnym z ogórkiem kiszonym bez skórki z ziołami 100g	1a 7 7 7 7 4	pieczywo pszenne razowe 120g masło extra 10g pomidor 60g papryka zielona 30g sałata masłowa 10g twaróg półtłusty plastry 60g pasta z makreli w sosie własnym z ogórkiem kiszonym bez skórki z ziołami 100g	1a 7 7 7 7 4	pieczywo pszenno-żytnie 100g masło extra 10g pomidor 60g ogórek kiszony bez skórki 30g sałata masłowa 10g twaróg półtłusty plastry 100g pasta z makreli w sosie własnym z ogórkiem kiszonym bez skórki z ziołami 150g	1a,1 b 7 7 7 7 4	pieczywo graham 120g masło extra 10g pomidor 60g marchew baby 30g sałata masłowa 10g twaróg półtłusty plastry 60g pasta z makreli w sosie własnym z ziołami 100g	1a 7 7 7 7 4
PN	maślanka 200ml	7	maślanka 200ml	7	maślanka 200ml	7	maślanka 200ml	7	maślanka 200ml
energia (kcal)	2 281		2 259		2 262		2 360		2 199
białko (g)	99,7		99,5		101,3		107,9		102,5
tluszcz ogółem (g)	71,1		71,6		72,2		76,2		67,8
kwasy tłuszczowe nasycone (g)	26,1		26		26		27,3		25,4
węglowodany ogółem (g)	328,5		328		323,5		325,9		313,1
mono i disacharydy (g)	50,3		51,3		52,7		49,5		52,2
błonnik (g)	26,1		25,4		42,6		29,3		36
sód	2019,3		2926,8		2189,3		1125,1		3105,8

PONIEDZIAŁEK 15.09.2025				JADŁOSOPIS EUROMEDICARE				catering		
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUĐZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY
ŚNIADANIE	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1a,1b7pieczywo pszenne	100g	1a1pieczywo pszenne razowe	120g	1a1pieczywo pszenno-żytnie	100g	1a,1b7pieczywo graham	120g
	masło extra	10g	7masło extra	10g	7masło extra	10g	7masło extra	10g	7masło extra	10g
	pomidor	60g	pomidor	60g	pomidor	60g	pomidor	60g	pomidor	60g
	ogórek zielony	30g	oliwki czarne potówki	30g	ogórek zielony	30g	oliwki czarne potówki	30g	oliwki czarne potówki	30g
	sałata zielona	10g	sałata zielona	10g	sałata zielona	10g	sałata zielona	10g	sałata zielona	10g
	ser żółty	60g	7ser żółty odtłuszczony	60g	7ser żółty	60g	7ser żółty	60g	7ser żółty odtłuszczony	60g
	szynka wieprzowa z kotta	60g	szynka wieprzowa z kotta	60g	szynka wieprzowa z kotta	60g	szynka wieprzowa z kotta	60g	szynka wieprzowa z kotta	60g
2S					mandarynka	100g	mandarynka	100g		
OBIAD	pomidorowa z makaronem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, passata 100g, makaron pszenny 100g)	350 ml	1a,9pomidorowa z makaronem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, passata 100g, makaron pszenny 100g)	350 ml	1a,9pomidorowa z makaronem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, passata 100g, makaron pszenny razowy 100g)	350 ml	1a,9pomidorowa z makaronem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, passata 100g, makaron pszenny 100g)	350 ml	1a,9jarzynowa z ziemniakami (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	300g
	klops drobiowy duszony w sosie koperkowym (kurczak 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g , mąka pszenna 2g, olej rzepakowy, jaja, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziola)	200g	1a,3,9klops drobiowy duszony w sosie koperkowym (kurczak 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g , mąka pszenna 2g, olej rzepakowy, jaja, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziola)	200g	1a,3,9klops drobiowy duszony w sosie koperkowym (kurczak 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g , mąka pszenna 2g, olej rzepakowy, jaja, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziola)	200g	1a,3,9klops drobiowy duszony w sosie koperkowym (kurczak 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g , mąka pszenna 2g, olej rzepakowy, jaja, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziola)	200g	1a,3,9klops drobiowy duszony w sosie koperkowym (kurczak 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g , mąka pszenna 2g, olej rzepakowy, jaja, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziola)	200g
	ziemniak z wody	200g	ziemniak z wody	200g	ziemniak z wody	200g	ziemniak z wody	200g	ziemniak z wody	200g
	surówka z rzepy, jabłka, marchewki (olej, ziola)	120g	marchew gotowana w plastrach z pietruszką zieloną (olej, ziola, sól, pieprz)	120g	surówka z rzepy, jabłka, marchewki (olej, ziola)	120g	marchew gotowana w plastrach z pietruszką zieloną (olej, ziola, sól, pieprz)	120g	marchew gotowana w plastrach z pietruszką zieloną (olej, ziola, sól, pieprz)	120g
	herbata owocowa	250ml	herbata owocowa	250ml	herbata owocowa	250ml	herbata owocowa	250ml	herbata owocowa	250ml
	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml
	KOLACJA	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1a,1b7pieczywo pszenne	100g	1a1pieczywo pszenne razowe	120g	1a1pieczywo pszenno-żytnie	100g	1a,1b7pieczywo graham
masło extra		10g	7masło extra	10g	7masło extra	10g	7masło extra	10g	7masło extra	10g
pomidor		60g	pomidor	60g	pomidor	60g	pomidor	60g	pomidor	60g
rzodkiewka		30g	pasta z pieczonego buraka (burak, olej, pietruszka)	30g	rzodkiewka	30g	pasta z pieczonego buraka (burak, olej, pietruszka)	30g	pasta z pieczonego buraka (burak, olej, pietruszka)	30g
sałata masłowa		10g	sałata masłowa	10g	sałata masłowa	10g	sałata masłowa	10g	sałata masłowa	10g
ser typu włoskiego plastry		60g	7ser typu włoskiego plastry	60g	7ser typu włoskiego plastry	60g	7ser typu włoskiego plastry	100g	7ser typu włoskiego plastry	60g
szynka kanapkowa drobiowa		60g	szynka kanapkowa drobiowa	60g	szynka kanapkowa drobiowa	60g	szynka kanapkowa drobiowa	80g	szynka kanapkowa drobiowa	60g
PN	kefir	150ml	7kefir	150ml	7kefir	150ml	7kefir	150ml	7kefir	150ml
	2 195		2 169		2 288		2 295		2 229	
	106,5		106,1		108,3		114,2		109,4	
	68,4		68,7		74,6		73,2		70,1	
	23,8		23,6		24,4		24,6		23,8	
	299,7		298,1		321,4		308		312,9	
	49		50		41,4		58,7		51,8	
	33,1		32		50,9		37,3		45,4	
	2930,6		3840,5		3100,7		2228,8		4055,1	

WTOREK 16.09.2025				JADŁOSOPIS EUROMEDICARE							
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY	
S N I A D A N I E	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g	1a	
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		
	ogórek zielony 30g		plastry gotowanej marchewki z pietruszką zieloną 30g		ogórek zielony 30g		plastry gotowanej marchewki z pietruszką zieloną 30g		plastry gotowanej marchewki z pietruszką zieloną 30g		
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		
	hummus 60g	11	pasztet drobiowy pieczony, niskotłuszczowy 60g		hummus 60g	11	pasztet drobiowy pieczony, niskotłuszczowy 60g		pasztet drobiowy pieczony, niskotłuszczowy 60g		
ser caprese 60g	7	ser caprese 60g	7	ser caprese 60g	7	ser caprese 80g	7	ser caprese 60g	7		
2S					jabłtko 150g		jabłtko 150g				
O B I A D	zupa warzywna z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia 50g, marchew 50g, seler 20g, pietruszka, ziemniak młody 100g) 300g	9	zupa warzywna z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia 50g, marchew 50g, seler 20g, pietruszka, ziemniak młody 100g) 300g	9	zupa warzywna z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia 50g, marchew 50g, seler 20g, pietruszka, ziemniak młody 100g) 300g	9	zupa warzywna z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia 50g, marchew 50g, seler 20g, pietruszka, ziemniak młody 100g) 300g	9	zupa warzywna z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia 50g, marchew 50g, seler 20g, pietruszka, ziemniak młody 100g) 300g	9	
	pieczone udko z kurczaka (kurczak 150g, ziota, sól, pieprz, olej rzepakowy 5g) 150g		pieczone udko z kurczaka (kurczak 150g, ziota, sól, pieprz, olej rzepakowy 5g) 150g		pieczone udko z kurczaka (kurczak 150g, ziota, sól, pieprz, olej rzepakowy 5g) 150g		pieczone udko z kurczaka (kurczak 150g, ziota, sól, pieprz, olej rzepakowy 5g) 200g		pieczone udko z kurczaka (kurczak 150g, ziota, sól, pieprz, olej rzepakowy 5g) 150g		
	ryż basmati 150g		ryż basmati 150g		ryż basmati 150g		ryż basmati 150g		ryż basmati 150g		
	surówka z marchwii, ogórka zielonego i sałaty lodowej w sosie vinegret, sól, olej rzepakowy, pietruszka nać 150g		marchewka tarta z jabłtkiem, olej rzepakowy, sól 150g		surówka z marchwii, ogórka zielonego i sałaty lodowej w sosie vinegret, sól, olej rzepakowy, pietruszka nać 150g		marchewka tarta z jabłtkiem, olej rzepakowy, sól 150g		marchewka tarta z jabłtkiem, olej rzepakowy, sól 150g		
	herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		
	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1	pieczywo graham 120g	1a	
K O L A C J A	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		
	ogórek kiszony 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g		ogórek kiszony 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g		cukinia plastry 30g		
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		
	twaróg pasta z pomidorami suszonymi (sól, pieprz, nać) 80g	7	twaróg (sól, pieprz, nać) 80g	7	twaróg pasta z pomidorami suszonymi (sól, pieprz, nać) 80g	7	twaróg (sól, pieprz, nać) 100g	7	twaróg (sól, pieprz, nać) 80g	7	
	szynka drobiowa gotowana 60g		szynka drobiowa gotowana 60g		szynka drobiowa gotowana 60g		szynka drobiowa gotowana 80g		szynka drobiowa gotowana 60g		
	jogurt naturalny 150ml	7	jogurt naturalny 150ml	7	jogurt naturalny 150ml	7	jogurt naturalny 150ml	7	jogurt naturalny 150ml	7	
PN											
	2 257		2 241		2 311		2 324		2 292		
	124,1		124,1		126,9		133,5		127,2		
	65,8		66,4		71,9		70,9		67,8		
	26,7		26,6		27,4		28		26,8		
	315,9		316,5		327,1		312,8		328,4		
	58,9		59,9		58,1		44,2		50,8		
	34,9		34,7		51,9		37,4		46,6		
	2500,1		3405,2		3053,2		1965,2		3584,3		

ŚRODA 17.09.2025			JADŁOSOPIS EUROMEDICARE			catering				
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY
Ś N I A D A N I E	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g	1a
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	ogórek zielony 30g		marchew w plasterkach gotowan: 30g		ogórek zielony 30g		marchew w plasterkach gotowan: 30g		marchew w plasterkach gotowan: 30g	
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
	szynka wieprzowa gotowana 60g		szynka wieprzowa gotowana 60g		szynka wieprzowa gotowana 60g		szynka wieprzowa gotowana 60g		szynka wieprzowa gotowana 60g	
	serek kanapkowy koperkowy 60g	7	serek kanapkowy koperkowy 60g	7	serek kanapkowy koperkowy 60g	7	serek kanapkowy koperkowy 60g	7	serek kanapkowy koperkowy 60g	7
25					gruszka 150g		gruszka 200g			
O B I A D	zupa gulaszowa (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, łopatka wieprzowa, ziemniaki 100g, papryka czerwona, nać pietruszki, pomidory z puszki)	9	zupa jarzynowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki, marchew, fasolka szparagowa, nać pietruszki)	1a, 9	zupa gulaszowa (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, łopatka wieprzowa, ziemniaki 100g, papryka czerwona, nać pietruszki, pomidory z puszki)	9	zupa jarzynowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki, marchew, fasolka szparagowa, nać pietruszki)	1a, 9	zupa jarzynowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki, marchew, fasolka szparagowa, nać pietruszki)	1a, 9
	pierogi ruskie gotowane (mąka pszenna 70g, jaja 30g, olej 250g (6szt.)	1a,3 7	pierogi ruskie gotowane (mąka pszenna 70g, jaja 30g, olej 250g (6szt.)	1a,3 7	pierogi ruskie gotowane (mąka pszenna razowa 70g, jaja 30g, olej 250g (6szt.)	1a,3 7	pierogi ruskie gotowane (mąka pszenna 70g, jaja 30g, olej 250g (6szt.)	1a, 3,7	pierogi ruskie gotowane (mąka pszenna 70g, jaja 30g, olej 250g (6szt.)	1a, 3,7
	rzepakowy 5g, ziemniaki 50g, twaróg 50g)		rzepakowy 5g, ziemniaki 50g, twaróg 50g)		50g, twaróg 50g)		50g, twaróg 50g)		50g, twaróg 50g)	
	kefir 150g	7	kefir 150g	7	kefir 150g	7	kefir 150g	7	kefir 150g	7
	bukiet warzyw al. dente z wody (kalafior, marchew, brokuł)		bukiet warzyw z wody (kalafior, marchew, brokuł)		bukiet warzyw al. dente z wody (kalafior, marchew, brokuł)		bukiet warzyw z wody (kalafior, marchew, brokuł)		bukiet warzyw z wody (kalafior, marchew, brokuł)	
	herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata czarna 250ml	
K O L A C J A	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g	1a
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	rzodkiewka 60g		pomidor 60g		rzodkiewka 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	ogórek zielony 30g		pasta z młodej marchewki z czarnuszką zmieloną 30g		ogórek zielony 30g		pasta z młodej marchewki z czarnuszką zmieloną 30g		pasta z młodej marchewki z czarnuszką zmieloną 30g	
	sałata zielona masłowa 10g		sałata zielona masłowa 10g		sałata zielona masłowa 10g		sałata zielona masłowa 10g		sałata zielona masłowa 10g	
	serek kanapkowy bazyliowy 60g	7	serek kanapkowy bazyliowy 60g	7	serek kanapkowy bazyliowy 60g	7	serek kanapkowy bazyliowy 100g	7	serek kanapkowy bazyliowy 60g	7
	sałatka makaronowa (kokardki) z tuńczykiem z wody, jajkiem na miękko, brokułem i natką 150g (50g, 50g,20g,3 0g)	1a,3 4,7	sałatka makaronowa (kokardki) z tuńczykiem z wody, jajkiem na miękko, brokułem i natką 150g (50g, 50g,20g,3 0g)	1a,3 4,7	sałatka makaronowa (kokardki) z tuńczykiem z wody, jajkiem na miękko, brokułem i natką 150g (50g, 50g,20g,3 0g)	1a,3 4,7	sałatka makaronowa (kokardki) z tuńczykiem z wody, jajkiem na miękko, brokułem i natką 150g (50g, 50g,20g,3 0g)	1a,3 4,7	sałatka makaronowa (kokardki) z tuńczykiem z wody, jajkiem na miękko, brokułem i natką 150g (50g, 50g,20g,3 0g)	1a,3 4,7
PN	maślanka 200ml	7	maślanka 200ml	7	maślanka 200ml	7	maślanka 200ml	7	maślanka 200ml	7
	2 137		2 279		2 254		2 301		2 212	
	100,2		104,3		107,4		116		107,2	
	53,4		97,5		90,8		92,9		86,5	
	18,5		36,4		29		32,3		28,4	
	320,1		255,9		270,2		255,3		260	
	56,7		58,5		51,1		57,2		58,8	
	28,1		18,3		35,7		21		29,2	
	1831,7		3906,1		3790,8		2622		4062,6	

CZWARTEK 18.09.2025			JADŁOSOPIS EUROMEDICARE				catering			
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY
S N I A D A N I E	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g	1a
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	rzodkiewka 30g		burak gotowany w plasterach z pietruszką zieloną 30g		rzodkiewka 30g		burak gotowany w plasterach z pietruszką zieloną 30g		burak gotowany w plasterach z pietruszką zieloną 30g	
	kietki słonecznika 10g		kietki słonecznika 10g		kietki słonecznika 10g		kietki słonecznika 10g		kietki słonecznika 10g	
	szynka drobiowa kanapkowa 60g		szynka drobiowa kanapkowa 60g		szynka drobiowa kanapkowa 60g		szynka drobiowa kanapkowa 60g		szynka drobiowa kanapkowa 60g	
	twaróg plastry półtłusty 60g	7	twaróg plastry półtłusty 60g	7	twaróg plastry półtłusty 60g	7	twaróg plastry półtłusty 80g	7	twaróg plastry półtłusty 60g	7
25					mandarynka 100g		mandarynka 100g			
O B I A D	krem z warzyw (ziemniaki 100g, brokuł, marchew, seler, pietruszka, kalafior 100g, bulion 300g, warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	9	krem z warzyw (ziemniaki 100g, brokuł, marchew, seler, pietruszka, kalafior 100g, bulion 300g, warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	9	krem z warzyw (ziemniaki 100g, brokuł, marchew, seler, pietruszka, kalafior 100g, bulion 300g, warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	9	krem z warzyw (ziemniaki 100g, brokuł, marchew, seler, pietruszka, kalafior 100g, bulion 300g, warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	9	krem z warzyw (ziemniaki 100g, brokuł, marchew, seler, pietruszka, kalafior 100g, bulion 300g, warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	9
	pieczeń rzymska w sosie chrzanowym (mięso wieprzowe 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, koper, jajka, olej rzepakowy, chrzan)	3,9	klops wieprzowy duszony w sosie koperkowym (mięso wieprzowe 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, koper, mąka pszenna, jajka, marchew 50g, olej rzepakowy)	1a,3 .9	120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, koper, jajka, olej rzepakowy, chrzan)	3,9	klops wieprzowy duszony w sosie koperkowym (mięso wieprzowe 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, koper, mąka pszenna, jajka, marchew 50g, olej rzepakowy)	1a,3 .9	klops wieprzowy duszony w sosie koperkowym (mięso wieprzowe 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, koper, mąka pszenna, jajka, marchew 50g, olej rzepakowy)	1a,3 .9
	ziemniaki z wody 150g	1a,3	ziemniaki z wody 150g	1a,3	ziemniak z wody 200g		ziemniaki z wody 150g	1a,3	ziemniaki z wody 150g	1a,3
	sałatka szwedzka (ogórek zielony, marchew, cebula) 120g		burak tarty (burak gotowany, tarty) 120g		sałatka szwedzka (ogórek zielony, marchew, cebula) 120g		burak tarty (burak gotowany, tarty) 120g		burak tarty (burak gotowany, tarty) 120g	
	herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml	
K O L A C J A	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g	1a
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	ogórek zielony 30g		pasta z pieczonej dynii i marchewki (dynia, marchew, olej, ziola, sól, pieprz) 30g		ogórek zielony 30g		pasta z pieczonej dynii i marchewki (dynia, marchew, olej, ziola, sól, pieprz) 30g		marchewki (dynia, marchew, olej, ziola, sól, pieprz) 30g	
	sałata lodowa 10g		sałata lodowa 10g		sałata lodowa 10g		sałata lodowa 10g		sałata lodowa 10g	
	serek topiony 60g	7	serek kanapkowy z koperkiem 60g	7	serek topiony 60g	7	serek kanapkowy z koperkiem 60g	7	serek kanapkowy z koperkiem 60g	7
	szynka wiejska parzona 60g		szynka wiejska parzona 60g		szynka wiejska parzona 60g		szynka wiejska parzona 60g		szynka wiejska parzona 60g	
PN	jogurt naturalny 150ml	7	jogurt naturalny 150ml	7	jogurt naturalny 150ml	7	jogurt naturalny 150ml	7	jogurt naturalny 150ml	7
	2 112		2 104		2 246		2 259		2 141	
	107,6		107,7		110		117,1		110,6	
	68,3		68,7		74,3		73,1		70,1	
	25,4		25,2		26,1		26,4		25,5	
	274,3		277		306,1		292,3		285,7	
	51,7		55,9		54		58,7		53,6	
	26,4g		25,9		43,3		29,2		37,6	
	3208,5		4 137,50		3 376,80		2517,8		4295,1	

PIĄTEK 19.09.2025											
JADŁOSOPIS EUROMEDICARE											
catering											
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY	
S N I A D A N I E	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 4 7	pieczywo pszenne 100g		pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 4 7	pieczywo graham 120g	1a	
	masło extra 10g		masło extra 10g		masło extra 10g	7	masło extra 10g		masło extra 10g	7	
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		
	papryka żółta 30g		marchewka baby z wody 30g		papryka żółta 30g		marchewka baby z wody 30g		marchewka baby z wody 30g		
ZS	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		
	serek wiejski z koperkiem 60g	7	serek wiejski z koperkiem 60g		serek wiejski z koperkiem 60g	7	serek wiejski z koperkiem 80g	7	serek wiejski z koperkiem 60g	7	
	połędwica drobiowa 60g		połędwica drobiowa 60g		połędwica drobiowa 60g		połędwica drobiowa 80g		połędwica drobiowa 60g		
					banan zielony 150g	7	banan 150g	7			
O B I A D	barszcz czerwony (bulion warzywny bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, buraki, ziemniaki, cytryna sok) 300g	9	barszcz czerwony (bulion warzywny bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, buraki, ziemniaki, cytryna sok) 300g	9	jarzynowa z ziemniakami (bulion warzywny bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, pietruszka, seler, kalafior 50g, fasolka zielona 50g, ziemniaki 50g) 300g	9	barszcz czerwony (bulion warzywny bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, buraki, ziemniaki, cytryna sok) 300g	9	jarzynowa z ziemniakami (bulion warzywny bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, pietruszka, seler, kalafior 50g, fasolka zielona 50g, ziemniaki 50g) 300g	9	
	mintaj pieczony w cieście na sosie koperkowym (mintaj 120g, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna, koper, mąka ziemniaczana, olej rzepakowy) 200g	1a,4 9	mintaj pieczony w cieście na sosie koperkowym (mintaj 120g, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna, koper, mąka ziemniaczana, olej rzepakowy) 200g	1a,4 9	mintaj pieczony w cieście na sosie koperkowym (mintaj 120g, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna, koper, mąka ziemniaczana, olej rzepakowy) 200g	1a,4 9	mintaj pieczony w cieście na sosie koperkowym (mintaj 180g, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna, koper, mąka ziemniaczana, olej rzepakowy) 250g	1a,4 9	mintaj pieczony w cieście na sosie koperkowym (mintaj 120g, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna, koper, mąka ziemniaczana, olej rzepakowy) 200g	1a,4 9	
	kapusta kiszona z marchewką (olej rzepakowy, sól, nać piteruszkii) 120g	3,7, 10	surówka z marchwii (olej rzepakowy, sól, nać pietruszki) 120g		kapusta kiszona z marchewką (olej rzepakowy, sól, nać piteruszkii) 120g	3,7, 10	surówka z marchwii (olej rzepakowy, sól, nać pietruszki) 120g		surówka z marchwii (olej rzepakowy, sól, nać pietruszki) 120g		
	ziemniaki z wody 200g		ziemniaki z wody 200g		ziemniaki z wody 200g		ziemniaki z wody 200g		ziemniaki z wody 200g		
	herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		
K O L A C J A	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1	pieczywo pszenne 100g		pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1	pieczywo graham 120g	1a	
	masło extra 10g	7	masło extra 10g		masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		
	ogórek zielony 30g		burak plasty 30g		ogórek zielony 30g		burak plasty 30g		burak plasty 30g		
PN	sałata zielona masłowa 10g		sałata zielona masłowa 10g		sałata zielona masłowa 10g		sałata zielona masłowa 10g		sałata zielona masłowa 10g		
	pasta twarogowa z chrzanem 90g	7	pasta twarogowa z pietruszką 90g		pasta twarogowa z chrzanem 90g	7	pasta twarogowa z chrzanem 100g	7	pasta twarogowa z pietruszką 90g	7	
	sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka (szynka parzona 20g, ziemniak 100g, pietruszka, seler, ogórek kiszony 50g, majonez 10g, natka pietruszki) 200g	3,9, 10	sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka (szynka parzona 20g, ziemniak 100g, pietruszka, seler, ogórek kiszony 50g, majonez 10g, natka pietruszki) 200g	3,9, 10	sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka (szynka parzona 20g, ziemniak 100g, pietruszka, seler, ogórek kiszony 50g, majonez 10g, natka pietruszki) 200g	3,9, 10	sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka (szynka parzona 30g, ziemniak 100g, pietruszka, seler, ogórek kiszony 50g, majonez odtłuszczony 10g, natka pietruszki) 200g	3,9, 10	sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka (szynka parzona 30g, ziemniak 130g, pietruszka, seler, majonez odtłuszczony 10g, natka pietruszki) 200g	3,9, 10	
	maślanka 200g	7	maślanka 200g	7	maślanka 200g	7	maślanka 200g	7	maślanka 200g	7	
energia (kcal)	2 196		2 180		2 210		2 216		2 225		
białko (g)	97,2		97,2		94,4		100,5		100,3		
tluszcze ogółem (g)	57		57,6		58,9		57,7		58,9		
kwasy tłuszczowe nasycone (g)	18,8		18,7		18,8		19,1		18,9		
węglowodany ogółem (g)	329,6		330,2		344,6		329,9		340,4		
mono i disacharydy (g)	58,5		59,5		52,3		58,5		59,8		
błonnik (g)	30,8		30,6		45,3		30,8		41,5		
sód	2296		3201,1		3392,8		2473,5		3358,9		

SOBOTA 20.09.2025				JADŁOSOPIS EUROMEDICARE				locatering			
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY	
S N I A D A N I E	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto)) 200ml	1b,1 c,7	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto)) 200ml	1b,1 c,7	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto)) 200ml	1b,1 c,7	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto)) 200ml	1b,1 c,7	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto)) 200ml	1b,1 c,7	
	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g	1a	
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		
	tapenada z czarnych oliwek 30g		oliwki czarne potówki 30g		tapenada z czarnych oliwek 30g		tapenada z czarnych oliwek 30g		oliwki czarne potówki 30g		
	kietki słonecznika 10g		kietki słonecznika 10g		kietki słonecznika 10g		kietki słonecznika 10g		kietki słonecznika 10g		
	pasta twarogowa na jogurcie z koperkiem 100g	7	pasta twarogowa na jogurcie z koperkiem 100g	7	pasta twarogowa na jogurcie z koperkiem 100g	7	pasta twarogowa na jogurcie z koperkiem 100g	7	pasta twarogowa na jogurcie z koperkiem 100g	7	
	szynka wiejska gotowana 60g		szynka wiejska gotowana 60g		szynka wiejska gotowana 60g		szynka wiejska gotowana 80g		szynka wiejska gotowana 60g		
	2S				mandarynka 50g		mandarynka 50g				
O B I A D	kalafiorowa z makaronem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, kalafior 100g, makaron pszenny 100g) gotąbki bez zawijania duszone w sosie pomidorowym (tofu mielone 100g, passata pomidorowa 100g , olej rzepakowy, ryż biały, koper, sól, ziota) 300g	1a,9 6	kalafiorowa z makaronem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, kalafior 100g, makaron pszenny 100g) gotąbki bez zawijania duszone w sosie pomidorowym (tofu mielone 100g, passata pomidorowa 100g , olej rzepakowy, ryż biały, koper, sól, ziota) 300g	1a,9 6	kalafiorowa z makaronem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, kalafior 100g, makaron pszenny 100g) gotąbki bez zawijania duszone w sosie pomidorowym (tofu mielone 100g, passata pomidorowa 100g , olej rzepakowy, ryż biały, koper, sól, ziota) 300g	1a,9 6	kalafiorowa z makaronem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, kalafior 100g, makaron pszenny 100g) gotąbki bez zawijania duszone w sosie pomidorowym (tofu mielone 100g, passata pomidorowa 100g , olej rzepakowy, ryż biały, koper, sól, ziota) 300g	1a,9 6	kalafiorowa z makaronem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, kalafior 100g, makaron pszenny 100g) gotąbki bez zawijania duszone w sosie własnym (tofu mielone 100g, olej rzepakowy, ryż biały, koper, sól, ziota) 300g	1a,9 6	
	surówka z białej kapusty z koperkiem, olej rzepakowy, ziota, sól 120g		marchewka tarta z jabłkiem, olej rzepakowy, sól, cukier 120g		surówka z białej kapusty z koperkiem, olej rzepakowy, ziota, sól 120g		marchewka tarta z jabłkiem, olej rzepakowy, sól, cukier 120g		marchewka tarta z jabłkiem, olej rzepakowy, sól, cukier 120g		
	herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		
	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g	1a	
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	
	papryka konserwowa 60g		pomidor 60g		papryka konserwowa 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		
	oliwki czarne potówki 30g		oliwki czarne potówki 30g		oliwki czarne potówki 30g		oliwki czarne potówki 30g		pieczony burak plasty 30g		
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		
	7	twaróg plasty 80g	7	twaróg plasty 80g	7	twaróg plasty 80g	7	twaróg plasty 100g	7	twaróg plasty 80g	7
PN	szynka drobiowa gotowana 60g		szynka drobiowa gotowana 60g		szynka drobiowa gotowana 60g		szynka drobiowa gotowana 80g		szynka drobiowa gotowana 60g		
	kefir 150g	7	kefir 150g	7	kefir 150g	7	kefir 150g	7	kefir 150g	7	
	2 127		2 196		2 199		2 191		2 166		
	95,3		95,1		95,5		102,5		98,2		
	67,8		69,3		68,2		69		69,6		
	20,7		20,6		21,1		21,4		20,8		
	305,4		304,9		322,2		308,1		316,8		
	51,8		52,8		47,5		54,2		53,7		
	38,8		38,1		55		40,9		49,9		
	1907,3		2814,8		2423,8		1472,4		2993,9		

NIEDZIELA 21.09.2025				JADŁOSOPIS EUROMEDICARE				catering												
PODSTAWOWA		Y	ALERGEN	ŁATWOSTRAWNA		Y	ALERGEN	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		Y	ALERGEN	BOGATOBIĄŁKOWA		Y	ALERGEN	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO		Y	ALERGEN	
inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto)) 200ml		1b,1		inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto)) 200ml		1b,1		inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto)) 200ml		1b,1		inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto)) 200ml		1b,1		inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto)) 200ml		1b,1		
herbata czarna 250ml		c,7		herbata czarna 250ml		c,7		herbata czarna 250ml		c,7		herbata czarna 250ml		c,7		herbata czarna 250ml		c,7		
S N I A D N I E	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1		pieczywo pszenne 100g		1a		pieczywo pszenne razowe 120g		1a		pieczywo pszenno-żytnie 100g		1a,1		pieczywo graham 120g		1a		
	masło extra 10g	b		masło extra 10g		b		masło extra 10g		b		masło extra 10g		b		masło extra 10g		b		
	pomidor 60g	7		pomidor 60g		7		pomidor 60g		7		pomidor 60g		7		pomidor 60g		7		
	ogórek kiszony 30g			ogórek kiszony bez skórki 30g				ogórek kiszony 30g				ogórek kiszony bez skórki 30g				cukinia gotowana plastry 30g				
	roszponka 10g			roszponka 10g				roszponka 10g				roszponka 10g				roszponka 10g				
	jaja na twardo 120g	3		jaja na miękko 120g		3		jaja na twardo 120g		3		jaja na miękko 120g		3		jaja na miękko 120g		3		
	szynka parzona wieprzowa 60g			szynka kanapkowa z indyka 60g				szynka kanapkowa z indyka 60g				szynka kanapkowa z indyka 80g				szynka kanapkowa z indyka 60g				
									gruszka 150g				gruszka 150g							
	rosół (bulion mięsny (mięso drobiowe i wołowe, woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,) z makaronem pszennym 150g 300g		1a,9		bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń), z makaronem pszennym 150g 300g		1a,9		rosół (bulion mięsny (mięso drobiowe i wołowe, woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,) z makaronem ryżowym 150g 300g		1a,9		rosół (bulion mięsny (mięso drobiowe i wołowe, woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,) z makaronem pszennym 150g 300g		1a,9		bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń), z makaronem pszennym 150g 300g		1a,9	
	szarpana wieprzowina (karczek 120g, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziola) 150g		1a,9		szarpana wieprzowina (karczek 120g, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziola) 150g		1a,9		szarpana wieprzowina (karczek 120g, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziola) 150g		1a,9		szarpana wieprzowina (karczek 120g, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziola) 150g		1a,9		szarpana wieprzowina (karczek 120g, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziola) 150g		1a,9	
ziemniaki młode 200g				ziemniaki młode 200g				ziemniaki młode 200g				ziemniaki młode 200g				ziemniaki młode 200g				
fasolka szparagowa z wody (olej, sól, pieprz) 120g				fasolka szparagowa z wody (olej, sól, pieprz) 120g				fasolka szparagowa z wody (olej, sól, pieprz) 120g				fasolka szparagowa z wody (olej, sól, pieprz) 120g				fasolka szparagowa z wody (olej, sól, pieprz) 120g				
herbata owocowa 250ml				herbata owocowa 250ml				herbata owocowa 250ml				herbata owocowa 250ml				herbata owocowa 250ml				
K O L A C J A	herbata czarna 250ml			herbata czarna 250ml				herbata czarna 250ml				herbata czarna 250ml				herbata czarna 250ml				
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1		pieczywo pszenne 100g		1a		pieczywo pszenne razowe 120g		1a		pieczywo pszenno-żytnie 100g		1a,1		pieczywo graham 120g		1a		
	masło extra 10g	b		masło extra 10g		b		masło extra 10g		b		masło extra 10g		b		masło extra 10g		b		
	pomidor 60g	7		pomidor 60g		7		pomidor 60g		7		pomidor 60g		7		pomidor 60g		7		
	ogórek zielony 30g			burak gotowany plastry 30g				ogórek zielony 30g				burak gotowany plastry 30g				burak gotowany plastry 30g				
	sałata zielona 10g			sałata zielona 10g				sałata zielona 10g				sałata zielona 10g				sałata zielona 10g				
	twarożek kanapkowy śmietankov 60g			twarożek kanapkowy śmietankov 60g				twarożek kanapkowy śmietankov 60g				twarożek kanapkowy śmietankov 80g				twarożek kanapkowy śmietankov 60g				
	szynka gotowana z indyka 60g			szynka parzona wieprzowa 60g				szynka parzona wieprzowa 60g				szynka parzona wieprzowa 80g				szynka parzona wieprzowa 60g				
	maślanka 200g		7		maślanka 200g		7		maślanka 200g		7		maślanka 200g		7		maślanka 200g		7	
2 246				2 230				2 299				2 306				2 280				
132,6				132,6				134,3				140,4				135,7				
58,6				59,2				64,4				63,1				60,5				
30,2				30,1				30,8				31				30,3				
301,2				301,8				313,7				299				313,7				
50,2				51,2				49,1				50,2				52,1				
25,9				25,7				42,3				27,7				37,6				
2591,8				3496,9				2759,7				1840,4				3676				

PONIEDZIAŁEK 22.09.2025			JADŁOSOPIS EUROMEDICARE				catering			
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY
ŚNIADANI	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1b	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1b	pieczywo graham 120g	1a
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	ogórek zielony 30g		marchew w plastekach 30g		ogórek zielony 30g		marchew w plastekach 30g		marchew w plastekach 30g	
	gotowana sałata zielona 10g		gotowana sałata zielona 10g		gotowana sałata zielona 10g		gotowana sałata zielona 10g		gotowana sałata zielona 10g	
	szynka drobiowa kanapkowa 60g		szynka drobiowa kanapkowa 60g		szynka drobiowa kanapkowa 60g		szynka drobiowa kanapkowa 80g		szynka drobiowa kanapkowa 60g	
serek wiejski 100g	7	serek wiejski 100g	7	serek wiejski 100g	7	serek wiejski 150g	7	serek wiejski 100g	7	
25					jabłko 150g		jabłko 150g			
OBIED	zupa rasolkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia 100g, ziemniaki 100g, fasolka zielona 50g)	9	zupa rasolkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia 100g, ziemniaki 100g, fasolka zielona 50g)	9	zupa rasolkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia 100g, ziemniaki 100g, fasolka zielona 50g)	9	zupa rasolkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia 100g, ziemniaki 100g, fasolka zielona 50g)	9	zupa rasolkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia 100g, ziemniaki 100g, fasolka zielona 50g)	9
	schab jak strogonow (schab wieprzowy duszony 120g, cebula 50g , mąka pszenna 2g, koncentrat pomidorowy, ogórek kiszony, śmietana, musztarda, sól, ziota, olej rzepakowy)	1a,7,10	gulasz wieprzowy duszony w sosie własnym (topatka wieprzowa 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g , mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziota, olej rzepakowy)	1a,9	schab jak strogonow (schab wieprzowy duszony 120g, cebula 50g , mąka pszenna 2g, koncentrat pomidorowy, ogórek kiszony, śmietana, musztarda, sól, ziota, olej rzepakowy)	1a,7,10	gulasz wieprzowy duszony w sosie własnym (topatka wieprzowa 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g , mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziota, olej rzepakowy)	1a,9	gulasz wieprzowy duszony w sosie własnym (topatka wieprzowa 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g , mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziota, olej rzepakowy)	1a,9
	ryż biały 150g		ryż biały 150g		ryż brązowy 150g		ryż biały 150g		ryż biały 150g	
	surówka z kapusty pekińskiej (kapusta, olej rzepakowy, ziota)		cukinia duszona (cukinia, olej rzepakowy, ziota)		surówka z kapusty pekińskiej (kapusta, olej rzepakowy, ziota)		cukinia duszona (cukinia, olej rzepakowy, ziota)		cukinia duszona (cukinia, olej rzepakowy, ziota)	
	herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml	
	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1b	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1b	pieczywo graham 120g	1a
KOLACJA	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	papryka żółta 30g		pasta z pieczonego buraka 30g		papryka żółta 30g		pasta z pieczonego buraka 30g		pasta z pieczonego buraka 30g	
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
	serek capresi 60g	7	serek capresi 60g	7	serek capresi 60g	7	serek capresi 100g	7	serek capresi 60g	7
	paprykarz (makrela, marchew, pietruszka, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, koncentrat pomidorowy, cebula, ryż biały)	4	pasta z makreli w sosie własnym z ziołami 120g	4	paprykarz (makrela, marchew, pietruszka, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, koncentrat pomidorowy, cebula, ryż	4	paprykarz (makrela, marchew, pietruszka, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, koncentrat pomidorowy, cebula, ryż biały)	4	pasta z makreli w sosie własnym z ziołami 120g	4
	jogurt naturalny 180g	7	jogurt naturalny 180g	7	jogurt naturalny 180g	7	jogurt naturalny 180g	7	jogurt naturalny 180g	7
	2 195 106,5 68,4 23,8 299,7 49 33,1 2930,6		2 169 106,1 68,7 23,6 298,1 50 32 3840,5		2 288 108,3 74,6 24,4 321,4 41,4 50,9 3100,7		2 295 114,2 73,2 24,6 308 58,7 37,3 2228,8		2 229 109,4 70,1 23,8 312,9 51,8 45,4 4055,1	

WTOREK 23.09.2025			JADŁOSOPIS EUROMEDICARE				catering							
PODSTAWOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA		ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO		ALERGENY
S N I A D A N I E	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1a,1 b pieczywo pszenne	100g	1a	pieczywo pszenne razowe	120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1a,1 b pieczywo graham	120g	1a	
	masło extra	10g	7 masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g	7 pomidor	60g	7	pomidor	60g	7	pomidor	60g	7	pomidor	60g	7
	rzodkiewka	30g	7 burak gotowany w plasterach z pietruszką zieloną	30g	7	rzodkiewka	30g	7	burak gotowany w plasterach z pietruszką zieloną	30g	7	burak gotowany w plasterach z pietruszką zieloną	30g	7
	sałata zielona	10g	7 sałata zielona	10g	7	sałata zielona	10g	7	sałata zielona	10g	7	sałata zielona	10g	7
	kietbasa biała z wody	120g	7 kietbasa biała z wody	120g	7	kietbasa biała z wody	120g	7	kietbasa biała z wody	120g	7	kietbasa biała z wody	120g	7
	ser żółty plastry	60g	7 ser żółty plastry odtłuszczony	60g	7	ser żółty plastry odtłuszczony	60g	7	ser żółty plastry odtłuszczony	80g	7	ser żółty plastry odtłuszczony	60g	7
zS						gruszka	150g		gruszka	150g				
O B I A D	zupa jarzynowa z soczewicą (bulion warzywny (woda, pietruszką, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki, marchew, soczewica, nać pietruszeki)	300g	1a,9 zupa jarzynowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszką, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki, marchew, fasolka szparagowa, nać pietruszki)	300g	1a, 9	zupa jarzynowa z soczewicą (bulion warzywny (woda, pietruszką, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki, marchew, soczewica, nać pietruszeki)	300g	1a,9	zupa jarzynowa z soczewicą (bulion warzywny (woda, pietruszką, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki, marchew, soczewica, nać pietruszeki)	300g	1a,9	zupa jarzynowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszką, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki, marchew, fasolka szparagowa, nać pietruszki)	300g	1a,9
	schabowy smażony (mięso wieprzowe 150g, jaja, bułka tarta pszenna)	200g	1a, 3 schab duszony w sosie własnym (schab 150g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia, marchew, koper)	200g	9	schabowy smażony (mięso wieprzowe 150g, jaja, bułka tarta pszenna)	200g	1a, 3	schab duszony w sosie własnym (schab 150g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia, marchew, koper)	200g	9	schab duszony w sosie własnym (schab 150g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia, marchew, koper)	200g	9
	ziemniaki z koperkiem	200g	7 ziemniaki z koperkiem	200g	7	ziemniaki z koperkiem	200g	7	ziemniaki z koperkiem	200g	7	ziemniaki z koperkiem	200g	7
	kapusta biała, gotowana (olej rzepakowy, sól, pieprz, nać)	150g	7 burak gotowany, sól, pieprz	150g	7	kapusta biała, gotowana (olej rzepakowy, sól, pieprz, nać)	150g	7	burak gotowany, sól, pieprz	150g	7	burak gotowany, sól, pieprz	150g	7
	herbata owocowa	250ml	7 herbata owocowa	250ml	7	herbata owocowa	250ml	7	herbata owocowa	250ml	7	herbata owocowa	250ml	7
	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1a,1 b pieczywo pszenne	100g	1a	pieczywo pszenne razowe	120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1a,1 b pieczywo graham	120g	1a	
K O L A C J A	masło extra	10g	7 masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g	7 pomidor	60g	7	pomidor	60g	7	pomidor	60g	7	pomidor	60g	7
	ogórek zielony z czarnuszką zmieloną	30g	7 pasta z cukinii z czarnuszką zmieloną	30g	7	ogórek zielony z czarnuszką zmieloną	30g	7	pasta z cukinii z czarnuszką zmieloną	30g	7	pasta z cukinii z czarnuszką zmieloną	30g	7
	roszponka	10g	7 roszponka	10g	7	roszponka	10g	7	roszponka	10g	7	roszponka	10g	7
	serek śmietankowy	60g	7 serek śmietankowy	60g	7	serek śmietankowy	60g	7	serek śmietankowy	100g	7	serek śmietankowy	60g	7
	indyk w galarecie	80g	7 indyk w galarecie	80g	7	indyk w galarecie	80g	7	indyk w galarecie	200g	7	indyk w galarecie	80g	7
	PN	kefir	150g	7 kefir	150g	7	kefir	150g	7	kefir	150g	7	kefir	150g
	2 257	2 241		2 311		2 324		2 292						
	124,1	124,1		126,9		133,5		127,2						
	65,8	66,4		71,9		70,9		67,8						
	26,7	26,6		27,4		28		26,8						
	315,9	316,5		327,1		312,8		328,4						
	58,9	59,9		58,1		44,2		50,8						
	34,9	34,7		51,9		37,4		46,6						
	2500,1	3405,2		3053,2		1965,2		3584,3						

ŚRODA 24.09.2025			JADŁOSOPIS EUROMEDICARE						catering	
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY
S N I A D A N I E	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo pszenne 100g		1a pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g	1a
	masło extra 10g	7	masło extra 10g		7 masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	oliwki czarne połówki 30g		oliwki czarne połówki 30g		oliwki czarne połówki 30g		oliwki czarne połówki 30g		plastry pieczonego buraka 30g	
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
	twaróg plastry 60g	7	twaróg plastry 60g		7 twaróg plastry 60g	7	twaróg plastry 100g	7	twaróg plastry 60g	7
	pasta jajeczna z pieczarkami (jaja, pieczarki, jogurt naturalny, sól, pieprz, ziota) 100g	3,7	pasta jajeczna (jaja, jogurt naturalny, sól, pieprz, ziota) 100g		3,7 (jaja, pieczarki, jogurt naturalny, sól, pieprz, ziota) 100g	3,7	pasta jajeczna (jaja, jogurt naturalny, sól, pieprz, ziota) 100g	3,7	pasta jajeczna (jaja, jogurt naturalny, sól, pieprz, ziota) 100g	3,7
zś					sok pomidorowy 200ml		sok pomidorowy 200ml			
O B I A D	zupa botwinkowa (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, koper,marchew, botwina 100g, ziemniaki 100g, sól, pieprz, ziota) 300g	9	zupa botwinkowa (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, koper,marchew, botwina 100g, ziemniaki 100g, sól, pieprz, ziota) 300g		9 zupa botwinkowa (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, koper,marchew, botwina 100g, ziemniaki 100g, sól, pieprz, ziota) 300g	9	zupa botwinkowa (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, koper,marchew, botwina 100g, ziemniaki 100g, sól, pieprz, ziota) 300g	9	zupa botwinkowa (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, koper,marchew, botwina 100g, ziemniaki 100g, sól, pieprz, ziota) 300g	9
	pierogi z soczewicą gotowane (mąka pszenna 70g, jaja 30g, olej rzepakowy 5g, soczewica 100g) 250g (6szt.)	1a,3	pierogi ruskie gotowane (mąka pszenna 70g, jaja 30g, olej rzepakowy 5g, ziemniaki 50g, twaróg 50g) 250g (6szt.)		1a,3 (mąka pszenna razowa 70g, jaja 30g, olej rzepakowy 5g, soczewica 100g) 250g (6szt.)	1a,3	pierogi ruskie gotowane (mąka pszenna 70g, jaja 30g, olej rzepakowy 5g, ziemniaki 50g, twaróg 50g) 250g (6szt.)	1a,3	pierogi ruskie gotowane (mąka pszenna 70g, jaja 30g, olej rzepakowy 5g, ziemniaki 50g, twaróg 50g) 250g (6szt.)	1a,3
	jogurt naturalny pitny 150g	7	jogurt naturalny pitny 150g		7 jogurt naturalny pitny 150g	7	jogurt naturalny pitny 150g	7	jogurt naturalny pitny 150g	7
	marchewka z jabłkiem (olej, sól, pieprz) 150g		marchewka z jabłkiem (olej, sól, pieprz) 150g		marchewka z jabłkiem (olej, sól, pieprz) 150g		marchewka z jabłkiem (olej, sól, pieprz) 150g		marchewka tarta (olej, sól, pieprz) 150g	
	herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml	
K O L A C J A	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo pszenne 100g		1a pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g	1a
	masło extra 10g	7	masło extra 10g		7 masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	ogórek zielony 30g		pasta z marchewki z pietruszką 30g		ogórek zielony 30g		pasta z marchewki z pietruszką 30g		pasta z marchewki z pietruszką 30g	
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
	serek śmietankowy 60g	7	serek śmietankowy 60g		7 serek śmietankowy 60g	7	serek śmietankowy 60g	7	serek śmietankowy 60g	7
	pasta rybna (sardynki w sosie pomidorowym, natka pietruszki) 60g	4	pasta rybna (sardynki w sosie pomidorowym, natka pietruszki) 60g		4 pasta rybna (sardynki w sosie pomidorowym, natka pietruszki) 60g	4	pasta rybna (sardynki w sosie pomidorowym, natka pietruszki) 100g	4	pasta rybna (sardynki w sosie własnym, natka pietruszki) 60g	4
PN	kefir 150g	7	kefir 150g		7 kefir 150g	7	kefir 150g	7	kefir 150g	7
	2 137		2 118		2 218		2 236		2 155	
	100,2		100,2		101,2		107,5		103,2	
	53,4		54		59,8		58,6		55,5	
	18,5		18,3		19,1		19,3		18,5	
	320,1		320,7		341		327,3		329,1	
	56,7		57,8		49,6		55,4		58,1	
	28,1		27,8		47,6		31,5		39,8	
	1831,7		2873,6		2138,9		926,5		3034,9	

CZWARTEK 25.09.2025				JADŁOSOPIS EUROMEDICARE				lactering			
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄŁKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY	
ŚNIADEK	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	1	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g	1a	
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		
	ogórek kiszony 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g		ogórek kiszony 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g		burak pieczony 30g		
	kietki botwinki 10g		kietki botwinki 10g		kietki botwinki 10g		kietki botwinki 10g		kietki botwinki 10g		
	serek grani z pietruszką 90g	7	serek grani z pietruszką 90g	7	serek grani z pietruszką 90g	7	serek grani z pietruszką 120g	7	serek grani z pietruszką 90g	7	
	szynka drobiowa gotowana 80g		szynka drobiowa gotowana 80g		szynka drobiowa gotowana 80g		szynka drobiowa gotowana 80g		szynka drobiowa gotowana 80g		
25					jabłtko 150g		jabłtko 150g				
OBIEK	zupa jarzynowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki, marchew, fasolka szparagowa, nać pietruszki) 300g	1a,9	zupa jarzynowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki, marchew, fasolka szparagowa, nać pietruszki) 300g	1a,9	zupa jarzynowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki, marchew, fasolka szparagowa, nać pietruszki) 300g	1a,9	zupa jarzynowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki, marchew, fasolka szparagowa, nać pietruszki) 300g	1a,9	zupa jarzynowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki, marchew, fasolka szparagowa, nać pietruszki) 300g	1a,9	
	pulpet drobiowy duszony w sosie pomidorowym z makaronem (mięso drobiowe, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, bułka pszenna, olej, pietruszka, passata pomidorowa, sól, pieprz, makaron pszenny 150g) 350g	1a,9	pulpet drobiowy duszony w sosie pomidorowym z makaronem (mięso drobiowe, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, bułka pszenna, olej, pietruszka, passata pomidorowa, sól, pieprz, makaron pszenny 150g) 350g	1a,9	pulpet drobiowy duszony w sosie pomidorowym z makaronem (mięso drobiowe, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, bułka pszenna, olej, passata pomidorowa, sól, pieprz, makaron pszenny 150g) 350g	1a,9	pulpet drobiowy duszony w sosie pomidorowym z makaronem (mięso drobiowe, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, bułka pszenna, pietruszka, olej, passata pomidorowa, sól, pieprz, makaron pszenny 150g) 350g	1a,9	pulpet drobiowy duszony w sosie koperkowym z makaronem (mięso drobiowe, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, bułka pszenna, pietruszka, olej, koper, sól, pieprz, makaron pszenny 150g) 350g	1a,9	
	bukiet warzyw gotowany (marchew, kalafior, brokuł, ziota, sól, pieprz, olej) 120g		bukiet warzyw gotowany (marchew, kalafior, brokuł, ziota, sól, pieprz, olej) 120g		bukiet warzyw gotowany (marchew, kalafior, brokuł, ziota, sól, pieprz, olej) 120g		bukiet warzyw gotowany (marchew, kalafior, brokuł, ziota, sól, pieprz, olej) 120g		bukiet warzyw gotowany (marchew, kalafior, brokuł, ziota, sól, pieprz, olej) 120g		
	herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		
	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		
KOLACJA	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g	1a	
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		
	ogórek kiszony 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g		ogórek kiszony 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g		plasty kukinii pieczonej 30g		
	rukola 10g		rukola 10g		rukola 10g		rukola 10g		rukola 10g		
	połędwica sopocka 60g		połędwica sopocka 60g		połędwica sopocka 60g		połędwica sopocka 80g		połędwica sopocka 60g		
	ser żółty 80g	7	ser odtłuszczony 80g	7	ser żółty 80g	7	ser odtłuszczony 80g	7	ser odtłuszczony 80g	7	
PN	serek homogenizowany b/c 130g	7	serek homogenizowany b/c 130g	7	serek homogenizowany b/c 130g	7	serek homogenizowany b/c 130g	7	serek homogenizowany b/c 130g	7	
	2112		2104		2246		2259		2141		
	107,6		107,7		110		117,1		110,6		
	68,3		68,7		74,3		73,1		70,1		
	25,4		25,2		26,1		26,4		25,5		
	274,3		277		306,1		292,3		285,7		
	51,7		55,9		54		58,7		53,6		
	26,4g		25,9		43,3		29,2		37,6		
	3208,5		4137,50		3376,80		2517,8		4295,1		

PIĄTEK 26.09.2025									
JADŁOSOPIS EUROMEDICARE									
									
	ALERGENY		ALERGENY		ALERGENY		ALERGENY		ALERGENY
PODSTAWOWA		ŁATWOSTRAWNA		Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		BOGATOBIĄLKOWA		ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	
ŚNIADEK	herbata czarna 250ml	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g	1a
	masło extra 10g	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	papryka żółta 30g	marchewka baby z wody 30g		papryka żółta 30g		marchewka baby z wody 30g		marchewka baby z wody 30g	
	sałata zielona 10g	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
	serek grani z koperkiem 80g	serek grani z koperkiem 80g	7	serek grani z koperkiem 80g	7	serek grani z koperkiem 80g	7	serek grani z koperkiem 80g	7
	połudwica drobiowa 60g	połudwica drobiowa 60g		połudwica drobiowa 60g		połudwica drobiowa 80g		połudwica drobiowa 60g	
25				banan zielony 150g	7	banan 150g	7		
OBIEK	krupnik (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g) z kaszą jęczmienną 100g 300g	krupnik (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g) z kaszą jęczmienną 100g 300g	1c, 9	krupnik (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g) z kaszą jęczmienną 100g 300g	1c, 9	krupnik (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g) z kaszą jęczmienną 100g 300g	1c, 9	krupnik (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g) z kaszą jęczmienną 100g 300g	1c, 9
	ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem (ryż biały 150g, mleko, jabłka 100g, cynamon, olej). 250g	ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem (ryż biały 150g, mleko, mus jabłkowy 100g, cynamon, olej). 250g	7	ryż zapiekany z warzywami i kurczakiem (ryż brązowy 150g, cukinia, marchew, papryka czerwona, kurczak 100g, olej). 250g	7	ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem (ryż biały 150g, mleko, mus jabłkowy 100g, cynamon, olej). 250g	7	ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem (ryż biały 150g, mleko, mus jabłkowy 100g, cynamon, olej). 250g	7
	serek homogenizowany b/c waniliowy 120g	serek homogenizowany b/c waniliowy 120g				serek homogenizowany b/c waniliowy 120g		serek homogenizowany b/c waniliowy 120g	
	herbata owocowa 250ml	herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml	
	herbata czarna 250ml	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
KOLACJA	pieczywo pszenno-żytnie 100g	pieczywo pszenne 100g	1a,1 b	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g	1a
	masło extra 10g	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	ogórek zielony 30g	pasta z cukinii z kolendrą 30g		ogórek zielony 30g		pasta z cukinii z kolendrą 30g		pasta z cukinii z kolendrą 30g	
	sałata zielona 10g	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
	kurczak z warzywami w galarecie 60g	kurczak z warzywami w galarecie 60g	7	kurczak z warzywami w galarecie 60g	7	kurczak z warzywami w galarecie 60g	7	kurczak z warzywami w galarecie 60g	7
	twaróg plastry 60g	twaróg plastry 60g	7	twaróg plastry 60g	7	twaróg plastry 60g	7	twaróg plastry 60g	7
PN	kefir 150g	kefir 150g	7	kefir 150g	7	kefir 150g	7	kefir 150g	7
energia (kcal)	1906	1969		1996		1984		1934	
białko (g)	73,7	74,1		83,7		93,7		87,2	
tłuszcze ogółem (g)	57,4	55,3		59,4		66,1		52,8	
kwasy tłuszczowe nasycone (g)	13,9	13,7		13,5		15,6		12,8	
węglowodany ogółem (g)	287,6	278,3		299,6		266,7		288,9	
mono i disacharydy (g)	41,1	37,4		45,1		32,8		38,5	
błonnik (g)	29,2	19,5		31,2		27,5		24	
sód	1933,2	2095,9		1977,2		2132,3		2012,7	

SOBOTA 27.09.2025			JADŁOSOPIS EUROMEDICARE								
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY	
S N I A D A N I E	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto)) 200ml	1b,1 c,7	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto)) 200ml	1b,1 c,7	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto)) 200ml	1b,1 c,7	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto)) 200ml	1b,1 c,7	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto)) 200ml	1b,1 c,7	
	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g	1a	
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		
	ogórek zielony 30g		plastry parzonej cukinii 30g		ogórek zielony 30g		plastry parzonej cukinii 30g		plastry parzonej cukinii 30g		
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		
	szynka drobiowa kanapkowa 60g		szynka drobiowa kanapkowa 60g		szynka drobiowa kanapkowa 60g		szynka drobiowa kanapkowa 80g		szynka drobiowa kanapkowa 60g		
	pasta jajeczna na jogurcie z koperkiem (sól, pieprz) 100g	3,7	pasta jajeczna na jogurcie z koperkiem (sól, pieprz) 100g	3,7	pasta jajeczna na jogurcie z koperkiem (sól, pieprz) 100g	3,7	pasta jajeczna na jogurcie z koperkiem (sól, pieprz) 150g	3,7	pasta jajeczna na jogurcie z koperkiem (sól, pieprz) 100g	3,7	
25					gruszka 150g		gruszka 150g				
O B I A D	krem z marchwii (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna) 300g	1,9	krem z marchwii (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna) 300g	9	jarzynowa z ziemniakami (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 300g	9	krem z marchwii (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna) 300g	9	krem z marchwii (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna) 300g	9	
	kotlet z kaszy pieczony (kasza jagłana, jaja, cukinia 100g, tofu mielone 80g, marchew 50g. 350g	3,6	kotlet z kaszy pieczony (kasza jagłana, jaja, cukinia 100g, tofu mielone 80g, marchew 50g. 350g	3,6	kotlet z kaszy pieczony (kasza jagłana, jaja, cukinia 100g, tofu mielone 80g, marchew 50g. 350g	3,6	kotlet z kaszy pieczony (kasza jagłana, jaja, cukinia 100g, tofu mielone 80g, marchew 50g. 350g	3,6	kotlet z kaszy pieczony (kasza jagłana, jaja, cukinia 100g, tofu mielone 80g, marchew 50g. 350g	3,6	
	ziemniaki z wody 200g		ziemniaki z wody 200g		ziemniaki z wody 200g		ziemniaki z wody 200g		ziemniaki z wody 200g		
	surówka z kapusty pekińskiej (sól, pieprz, olej rzepakowy) 150g		surówka z marchwii (olej rzepakowy, ziota) 150g		surówka z kapusty pekińskiej (sól, pieprz, olej rzepakowy) 150g		surówka z marchwii (olej rzepakowy, ziota) 150g		surówka z marchwii (olej rzepakowy, ziota) 150g		
	herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		
K O L A C J A	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g	1a	
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		
	ogórek zielony 30g		pasta z pieczonego buraka 30g		ogórek zielony 30g		pasta z pieczonego buraka 30g		pasta z pieczonego buraka 30g		
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		
	ser żółty plastry 80g	7	ser żółty plastry odtłuszczony 80g	7	ser żółty plastry 80g	7	ser żółty plastry 80g	7	ser żółty plastry odtłuszczony 80g	7	
	pasta z makreli w sosie pomidorowym i twarogu z kaparami 100g	4,7	pasta z makreli w sosie pomidorowym i twarogu z kaparami 100g	4,7	pasta z makreli w sosie pomidorowym i twarogu z kaparami 100g	4,7	pasta z makreli w sosie pomidorowym i twarogu z kaparami 100g	4,7	pasta z makreli w sosie własnym z twarogiem 100g	4,7	
PN	kefir 150ml	7	kefir 150ml	7	kefir 150ml	7	kefir 150ml	7	kefir 150ml	7	
	2 246 132,6 58,6 30,2 301,2 50,2 25,9 2591,8		2 230 132,6 59,2 30,1 301,8 51,2 25,7 3496,9		2 080 103 64,3 24,6 291 51,7 40,8 2263,6		2 206 140,4 63,1 31 295 50,2 27,7 1840,4		2 280 135,7 60,5 30,3 313,7 52,1 37,6 3676		

NIEDZIELA 28.09.2025									
JADŁOSOPIS EUROMEDICARE									
catering									
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO
S N I A D A N I E	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto)) 200ml	1b,1 c,7	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto)) 200ml	1b,1 c,7	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto)) 200ml	1b,1 c,7	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto)) 200ml	1b,1 c,7	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto)) 200ml
	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g
	papryka 30g		marchew gotowana plastry 30g		papryka 30g		marchew gotowana plastry 30g		marchew gotowana plastry 30g
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g
	twaróg plastry 80g	7	twaróg plastry 80g	7	twaróg plastry 80g	7	twaróg plastry 100g	7	twaróg plastry 80g
	kietbaski białe koktajlowe z wody 120g		kietbaski białe koktajlowe z wody 120g		kietbaski białe koktajlowe z wody 120g		kietbaski białe koktajlowe z wody 120g		kietbaski białe koktajlowe z wody 120g
25					mandarynka 100g		mandarynka 100g		
O B I A D	rosół (bulion mięsny (mięso drobiowe i wołowe, woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,) z makaronem pszennym 150g 300g	1a,9	bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń), z makaronem pszennym 150g 300g	1a,9	rosół (bulion mięsny (mięso drobiowe i wołowe, woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,) z makaronem ryżowym 150g 300g	9	rosół (bulion mięsny (mięso drobiowe i wołowe, woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,) z makaronem pszennym 150g 300g	1a,9	bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń), z makaronem pszennym 150g 300g
	schab pieczony w rękawie w sosie własnym (schab 120g, olej rzepakowy, ziola) 150g		schab pieczony w rękawie w sosie własnym (schab 120g, olej rzepakowy, ziola) 150g		schab pieczony w rękawie w sosie własnym (schab 120g, olej rzepakowy, ziola) 150g		schab pieczony w rękawie w sosie własnym (schab 120g, olej rzepakowy, ziola) 150g		schab pieczony w rękawie w sosie własnym (schab 120g, olej rzepakowy, ziola) 150g
	ziemniak 200g		ziemniak 200g		ziemniak 200g		ziemniak 200g		ziemniak 200g
	surówka z białej rzodkwi, olej 120g		cukinia gotowana 120g		surówka z białej rzodkwi, olej 120g		cukinia gotowana 120g		cukinia gotowana 120g
	herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml
K O L A C J A	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 b	pieczywo graham 120g
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g
	ogórek kiszony 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g		ogórek kiszony 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g		burak pieczony plastry 30g
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g
	ser camembert 60g	7	serek homogenizowany b/c 100g	7	ser camembert 60g	7	serek homogenizowany b/c 100g	7	serek homogenizowany b/c 100g
	kietbasa krakowska 60g		kietbasa krakowska 60g		kietbasa krakowska 60g		kietbasa krakowska 60g		kietbasa krakowska 60g
	jogurt pitny naturalny 150ml	7	jogurt pitny naturalny 150ml	7	jogurt pitny naturalny 150ml	7	jogurt pitny naturalny 150ml	7	jogurt pitny naturalny 150ml
energia (kcal)	2 207		2 201		2 191		2 224		2 192
białko (g)	100,2		100,2		101,2		107,5		103,2
tłuszcze ogółem (g)	53,4		54		59,8		58,6		55,5
kwasy tłuszczowe nasycone (g)	18,5		18,3		19,1		19,3		18,5
węglowodany ogółem (g)	320,1		320,7		341		327,3		329,1
mono i disacharydy (g)	56,7		57,8		49,6		55,4		58,1
błonnik (g)	28,1		27,8		47,6		31,5		39,8
sód	1831,7		2873,6		2138,9		926,5		3024,9

PONIEDZIAŁEK 29.09.2025				JADŁOSOPIS EUROMEDICARE				catering			
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY	
S N I A D A N I E	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1	pieczywo graham 120g	1a	
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		
	ogórek zielony 30g		marchew w plastekach gotowan: 30g		ogórek zielony 30g		marchew w plastekach gotowan: 30g		marchew w plastekach gotowan: 30g		
O B I A D	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		
	szynka wieprzowa kanapkowa 60g		szynka wieprzowa kanapkowa 60g		szynka wieprzowa kanapkowa 60g		szynka wieprzowa kanapkowa 60g		szynka wieprzowa kanapkowa 60g		
	serek kanapkowy z przyprawami 60g	7	serek kanapkowy z przyprawami 60g	7	serek kanapkowy z przyprawami 60g	7	serek kanapkowy z przyprawami 80g	7	serek kanapkowy z przyprawami 60g	7	
					jabłtko 150g		jabłtko 200g				
K O L A C J A	pomidorowa z makaronem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, makaron pszenny 100g, pomidory)	1a,9	pomidorowa z makaronem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, makaron pszenny 100g, pomidory)	1a,9	pomidorowa z makaronem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, makaron pszenny 100g, pomidory)	1a,9	pomidorowa z makaronem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, makaron pszenny 100g, pomidory)	1a,9	zupa jarzynowa z makaronem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, makaron pszenny 100g, koncentrat pomidorowy, nać pietruszki, zieminaki,	1a,9	
	eskalopki drobiowe duszone w sosie własnym (mięso z indyka 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziota, olej rzepakowy)	1a,9	eskalopki drobiowe duszone w sosie własnym (mięso z indyka 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziota, olej rzepakowy)	1a,9	eskalopki drobiowe duszone w sosie własnym (mięso z indyka 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziota, olej rzepakowy)	1a,9	eskalopki drobiowe duszone w sosie własnym (mięso z indyka 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziota, olej rzepakowy)	1a,9	eskalopki drobiowe duszone w sosie własnym (mięso z indyka 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziota, olej rzepakowy)	1a,9	
	ziemniaki z wody 200g		ziemniaki z wody 200g		ziemniaki z wody 200g		ziemniaki z wody 200g		ziemniaki z wody 200g		
	surówka z kapusty pekińskiej (kapusta, olej rzepakowy, ziota) 100g		cukinia duszona (cukinia, olej rzepakowy, ziota) 100g		surówka z kapusty pekińskiej (kapusta, olej rzepakowy, ziota) 100g		cukinia duszona (cukinia, olej rzepakowy, ziota) 100g		cukinia duszona (cukinia, olej rzepakowy, ziota) 100g		
	herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		
PN	herbata czarna 250ml	1a,1	herbata czarna 250ml	1a	herbata czarna 250ml	1a	herbata czarna 250ml	1a,1	herbata czarna 250ml	1a	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	7	pieczywo pszenne 100g	7	pieczywo pszenne razowe 120g	7	pieczywo pszenno-żytnie 100g	7	pieczywo graham 120g	7	
	masło extra 10g		masło extra 10g		masło extra 10g		masło extra 10g		masło extra 10g		
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		
	ogórek zielony 30g		past z pieczonej dynii i marchewki (dynia, marchew, sól)		ogórek zielony 30g		marchewki (dynia, marchew, sól)		marchewki (dynia, marchew, sól)		
	roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g		
	sałatka jarzynowa (ziemniak, pietruszka, seler, ogórek kiszony, majonez odtłuszczony, natka pietruszki) 200g, (50g, 50g, 30g, 30g, 20g, 10g, 10g)	3,9, 10	sałatka jarzynowa (ziemniak, pietruszka, seler, ogórek kiszony, majonez odtłuszczony, natka pietruszki) 200g, (50g, 50g, 30g, 30g, 20g, 10g, 10g)	3,9, 10	sałatka jarzynowa (ziemniak, pietruszka, seler, ogórek kiszony, majonez odtłuszczony, natka pietruszki) 200g, (50g, 50g, 30g, 30g, 20g, 10g, 10g)	3,9, 10	sałatka jarzynowa (ziemniak, pietruszka, seler, ogórek kiszony, majonez odtłuszczony, natka pietruszki) 200g, (50g, 50g, 30g, 30g, 20g, 10g, 10g)	3,9, 10	sałatka jarzynowa (ziemniak, pietruszka, seler, ogórek kiszony, majonez odtłuszczony, natka pietruszki) 200g, (50g, 50g, 30g, 30g, 20g, 10g, 10g)	3,9, 10	
	połudwica sopocka 60g		połudwica sopocka 60g		połudwica sopocka 60g		połudwica sopocka 100g		połudwica sopocka 60g		
	jogurt naturalny 150g	7	jogurt naturalny 150g	7	jogurt naturalny 150g	7	jogurt naturalny 150g	7	jogurt naturalny 150g	7	
	2 191		2 186		2 283		2 283		2 219		
	96,8		96,9		98,6		103,3		99,8		
	66,6		67,2		72,8		71,4		68,5		
	28,3		28,1		28,9		29,2		28,3		
	310,3		314,5		332		317,4		321		
	58,5		59,1		50,9		57,1		59,8		
	35,5		35,8		53,3		38,7		46,1		
	3105,7		3545,8		3275,7		3183,4		3168,6		

WTOREK 30.09.2025			JADŁOSOPIS EUROMEDICARE						catering	
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY
Ś N I A D A N I E	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1	pieczywo graham 120g	1a
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	papryka czerwona 60g		pomidor 60g		papryka czerwona 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	oliwki czarne półówki 30g		oliwki czarne półówki 30g		oliwki czarne półówki 30g		oliwki czarne półówki 30g		burak pieczony plastry 30g	
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
	serek wiejski z ziołami 80g	7	serek wiejski z ziołami 80g	7	serek wiejski z ziołami 80g	7	serek wiejski z ziołami 80g	7	serek wiejski z ziołami 80g	7
	szynka wieprzowa kanapkowa 60g		szynka wieprzowa kanapkowa 60g		szynka wieprzowa kanapkowa 60g		szynka wieprzowa kanapkowa 60g		szynka wieprzowa kanapkowa 60g	
25					jabłko 150g		jabłko 150g			
O B I A D	zupa fasolkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki, marchew, fasolka szparagowa, nać pietruszki) 300g	1a,9	zupa fasolkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki, marchew, fasolka szparagowa, nać pietruszki) 300g	1a,9	zupa fasolkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki, marchew, fasolka szparagowa, nać pietruszki) 300g	1a,9	zupa fasolkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki, marchew, fasolka szparagowa, nać pietruszki) 300g	1a,9	zupa fasolkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki, marchew, fasolka szparagowa, nać pietruszki) 300g	1a,9
	potrawka wieprzowa duszona w sosie własnym (topatka wieprzowa 150g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia, marchew, koper) 200g	1a,9	potrawka wieprzowa duszona w sosie własnym (topatka wieprzowa 150g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia, marchew, koper) 250g	1a,9	potrawka wieprzowa duszona w sosie własnym (topatka wieprzowa 150g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia, marchew, koper) 200g	1a,9	potrawka wieprzowa duszona w sosie własnym (topatka wieprzowa 150g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia, marchew, koper) 250g	1a,9	potrawka wieprzowa duszona w sosie własnym (topatka wieprzowa 150g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia, marchew, koper) 200g	1a,9
	kasza bulgur 150g	1a	kasza bulgur 150g	1a	kasza bulgur 150g	1a	kasza bulgur 150g	1a	kasza bulgur 150g	1a
	surówka z czerwonej kapusty (olej rzepakowy, sól, pieprz, nać) 150g		burak gotowany, sól, pieprz 150g		surówka z czerwonej kapusty (olej rzepakowy, sól, pieprz, nać) 150g		burak gotowany, sól, pieprz 150g		burak gotowany, sól, pieprz 150g	
	herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml		herbata owocowa 250ml	
	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1	pieczywo graham 120g	1a
K O L A C J A	masło extra 10g	b	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	b	masło extra 10g	7
	60g pomidor	7	60g pomidor	7	60g pomidor	7	60g pomidor	7	60g pomidor	7
	ogórek zielony 30g		pasta z pieczonej dynii i marchewki 30g		ogórek zielony 30g		pasta z pieczonej dynii i marchewki 30g		pasta z pieczonej dynii i marchewki 30g	
	roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g	
	sałatka makaronowa (makaron pszenny razowy 100g) z tuńczykiem z wody 80g, jajkiem na twardo 60g, brokułem 50g i natką pietruszki na lekkim sosie mozzarella plastry 60g	1a,3	sałatka makaronowa (makaron pszenny 100g) z tuńczykiem z wody 80g, jajkiem na miękko 60g, brokułem 50g i natką pietruszki na lekkim sosie mozzarella plastry 60g	1a,3	sałatka makaronowa (makaron pszenny razowy 100g) z tuńczykiem z wody 80g, jajkiem na twardo 60g, brokułem 50g i natką pietruszki na lekkim sosie mozzarella plastry 60g	1a,3	sałatka makaronowa (makaron pszenny razowy 100g) z tuńczykiem z wody 80g, jajkiem na twardo 60g, brokułem 50g i natką pietruszki na lekkim sosie mozzarella plastry 60g	1a,3	sałatka makaronowa (makaron pszenny 100g) z tuńczykiem z wody 80g, jajkiem na miękko 60g, brokułem 50g i natką pietruszki na lekkim sosie mozzarella plastry 60g	1a,3
		4,7		4,7		4,7		4,7		4,7
		7		7		7		7		7
PN	jogurt naturalny 150ml	7	jogurt naturalny 150ml	7	jogurt naturalny 150ml	7	jogurt naturalny 150ml	7	jogurt naturalny 150ml	7
	2 195		2 169		2 288		2 295		2 229	
	106,5		106,1		108,3		114,2		109,4	
	68,4		68,7		74,6		73,2		70,1	
	23,8		23,6		24,4		24,6		23,8	
	299,7		298,1		321,4		308		312,9	
	49		50		41,4		58,7		51,8	
	33,1		32		50,9		37,3		45,4	
	2930,6		3840,5		3100,7		2228,8		4055,1	