

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, laskowe, 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

WTOREK 21.10.2025			JADŁOSOPIS EUROMEDICARE			Jadłospis															
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	herbata czarna	250ml	1a,1 b 7	herbata czarna	250ml	1a	herbata czarna	250ml	1a	herbata czarna	250ml	1a,1 b 7	herbata czarna	250ml	1a						
	pieczywo pszenno-żytnie	100g		pieczywo pszenne	100g		pieczywo pszenne razowe	120g		pieczywo pszenno-żytnie	100g		pieczywo graham	120g							
	masło extra	10g		masło extra	10g		masło extra	10g		masło extra	10g		masło extra	10g							
	papryka czerwona	60g		pomidor	60g		papryka czerwona	60g		pomidor	60g		pomidor	60g							
	oliwki czarne połówki	30g		oliwki czarne połówki	30g		oliwki czarne połówki	30g		oliwki czarne połówki	30g		burak gotowany plastry	30g							
	miks sałat	10g		miks sałat	10g		miks sałat	10g		miks sałat	10g		miks sałat	10g							
	szynka wieprzowa kanapkowa	60g		szynka wieprzowa kanapkowa	60g		szynka wieprzowa kanapkowa	60g		szynka wieprzowa kanapkowa	80g		szynka wieprzowa kanapkowa	60g							
jaja na twardo	100g	3	jaja na miękko	100g	3	jaja na twardo	100g	3	jaja na miękko	100g	3	jaja na miękko	100g	3							
2S					jabłko					150g	jabłko					150g					
O B I A D	zupa ziemniaczana (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 150g)	300g	9	zupa ziemniaczana (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 150g)	300g	9	zupa ziemniaczana (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 150g)	300g	9	zupa ziemniaczana (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 150g)	300g	9	zupa ziemniaczana (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 150g)	300g	9						
	gulasz drobiowy (gotowane mięso z indyka 120g , bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 100g, mąka pszenna 2g, ziola)	250g		gulasz drobiowy (gotowane mięso z indyka 120g , bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 100g, mąka pszenna 2g, ziola)	250g		gulasz drobiowy (gotowane mięso z indyka 120g , bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 100g, mąka pszenna 2g, ziola)	250g		gulasz drobiowy (gotowane mięso z indyka 120g , bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 100g, mąka pszenna 2g, ziola)	250g		gulasz drobiowy (gotowane mięso z indyka 120g , bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 100g, mąka pszenna 2g, ziola)	250g							
	kasza bulgur	150g		1a	kasza bulgur		150g	1a		kasza bulgur	150g		1a	kasza bulgur		150g	1a	kasza bulgur	150g	1a	
	surówka z białej kapusty z marchewką (kapusta 50g, marchew 50g, olej rzepakowy, nać pietruszki, sól, pieprz)	120g		brokuł gotowany	120g		surówka z białej kapusty z marchewką (kapusta 50g, marchew 50g, olej rzepakowy, nać pietruszki, sól, pieprz)	120g		brokuł gotowany	120g		brokuł gotowany	120g		brokuł gotowany	120g	brokuł gotowany	120g		
	herbata owocowa	250ml		herbata owocowa	250ml		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	1a,1 b 7		herbata czarna	250ml		1a	herbata czarna		250ml	1a		herbata czarna	250ml	1a,1 b 7	herbata czarna	250ml	1a
		pieczywo pszenno-żytnie		100g			pieczywo pszenne	100g			pieczywo pszenne razowe		120g			pieczywo pszenno-żytnie	100g		pieczywo graham	120g	
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									
rzodkiewka		30g	pasta z cukinii (cukinia gotowana, olej, ziola)	30g		rzodkiewka	30g	pasta z cukinii (cukinia gotowana, olej, ziola)	30g		pasta z cukinii (cukinia gotowana, olej, ziola)	30g									
sałata zielona		10g	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g									
ser włoski plastry		60g	7	ser włoski plastry		60g	7	ser włoski plastry	60g		7	ser włoski plastry	60g		7						
pasta z tuńczyka (tuńczyk z wody, koper, jogurt naturalny, ziola)	60g	4,7	pasta z tuńczyka (tuńczyk z wody, koper, jogurt naturalny, ziola)	60g	4,7	pasta z tuńczyka (tuńczyk z wody, koper, jogurt naturalny, ziola)	60g	4,7	pasta z tuńczyka (tuńczyk z wody, koper, jogurt naturalny, ziola)	60g	4,7	pasta z tuńczyka (tuńczyk z wody, koper, jogurt naturalny, ziola)	60g	4,7							
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 22.10.2025				JADŁOSOPIS EUROMEDICARE				locaterino			
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 kiszony 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g		ogórek kiszony 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g		cukinia gotowana plastry 30g		
	młody szpinak liście 10g		młody szpinak liście 10g		młody szpinak liście 10g		młody szpinak liście 10g		młody szpinak liście 10g		
	serek wiejski 60g	7	serek wiejski 60g	7	serek wiejski 60g	7	serek wiejski 80g	7	serek wiejski 60g	7	
szynka wieprzowa parzona 60g		szynka wieprzowa parzona 60g		szynka wieprzowa parzona 60g		szynka wieprzowa parzona 80g		szynka wieprzowa parzona 60g			
25					sok pomidorowy 200ml		sok pomidorowy 200ml				
O B I A D	krem z zielonego groszku (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, groszek zielony 100g, ziemniaki 100g) 300g		krem z warzyw (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, kalafior, brokuł 100g, ziemniaki 100g) 300g	9	krem z zielonego groszku (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, groszek zielony 100g, ziemniaki 100g) 300g	9	krem z zielonego groszku (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, groszek zielony 100g, ziemniaki 100g) 300g	9	krem z warzyw (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, kalafior, brokuł 100g, ziemniaki 100g) 300g	9	
	pierogi ze szpinakiem z wody (mąka pszenna 70g, jaja 30g, olej rzepakowy 5g, szinak, twaróg 50g, ziola) 6 szt/250g	1a,3 7	pierogi ze szpinakiem z wody (mąka pszenna 70g, jaja 30g, olej rzepakowy 5g, szinak, twaróg 50g, ziola) 6 szt/250g	1a,3 7	pierogi ze szpinakiem z wody (mąka pszenna razowa 70g, jaja 30g, olej rzepakowy 5g, szinak, twaróg 50g, ziola) 6 szt/250g	1a,3 7	pierogi ze szpinakiem z wody (mąka pszenna 70g, jaja 30g, olej rzepakowy 5g, szinak, twaróg 50g, ziola) 6 szt/250g	1a,3 7	pierogi ze szpinakiem z wody (mąka pszenna 70g, jaja 30g, olej rzepakowy 5g, szinak, twaróg 50g, ziola) 6 szt/250g	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		marchewka z wody 120g		kapusta kiszona z marchewką (olej, sól, pieprz) 120g		marchewka z wody 120g		marchewka 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 h	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 h	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 czerwona 30g		pasta z pieczonego buraka (burak, olej, nać pietruszki) 30g		papryka czerwona 30g		pasta z pieczonego buraka (burak, olej, nać pietruszki) 30g		pasta z pieczonego buraka (burak, olej, nać pietruszki) 30g		
	roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g		
	ser twarogowy półtłusty w plastrach 60g	7	ser twarogowy półtłusty w plastrach 60g	7	ser twarogowy półtłusty w plastrach 60g	7	ser twarogowy półtłusty w plastrach 60g	7	ser twarogowy półtłusty w plastrach 60g	7	
	sałatka jarzynowa z szynką na jogurcie (marchew 20g, pietruszka 20g, ogórek kiszony bez skórki 20g, szynka drobiowa gotowana 50g, jogurt naturalny 20g, sól, pieprz, ziola) 100g	7	sałatka jarzynowa z szynką na jogurcie (marchew 20g, pietruszka 20g, ogórek kiszony bez skórki 20g, szynka drobiowa gotowana 50g, jogurt naturalny 20g, sól, pieprz, ziola) 100g	7	sałatka jarzynowa z szynką na jogurcie (marchew 20g, pietruszka 20g, ogórek kiszony bez skórki 20g, szynka drobiowa gotowana 50g, jogurt naturalny 20g, sól, pieprz, ziola) 100g	7	sałatka jarzynowa z szynką na jogurcie (marchew 20g, pietruszka 20g, ogórek kiszony bez skórki 20g, szynka drobiowa gotowana 50g, jogurt naturalny 20g, sól, pieprz, ziola) 100g	7	sałatka jarzynowa z szynką na jogurcie (marchew 20g, pietruszka 20g, ogórek kiszony bez skórki 20g, szynka drobiowa gotowana 50g, jogurt naturalny 20g, sól, pieprz, ziola) 100g	7	
	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		
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	

CZWARTEK 23.10.2025			JADŁOSOPIS EUROMEDICARE				catering			
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄŁKOWA	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	
	ogórek zielony 30g		marchewka baby z wody 30g		ogórek zielony 30g		marchewka baby z wody 30g		marchewka baby z wody 30g	
	miks sałat 10g		miks sałat 10g		miks sałat 10g		miks sałat 10g		miks sałat 10g	
25	szynka wieprzowa kanapkowa 60g		szynka wieprzowa kanapkowa 60g		szynka wieprzowa kanapkowa 60g		szynka wieprzowa kanapkowa 80g		szynka wieprzowa 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
					gruszka 150g		gruszka 150g			
	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
	klops duszony duszone w sosie warzywnym (wieprzowina łopatką 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,marchew 50g, cukinia 50g, olej rzepakowy, ziota, sól, pieprz)	9	klops duszony duszone w sosie warzywnym (wieprzowina łopatką 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,marchew 50g, cukinia 50g, olej rzepakowy, ziota, sól, pieprz)	9	klops duszony duszone w sosie warzywnym (wieprzowina łopatką 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,marchew 50g, cukinia 50g, olej rzepakowy, ziota, sól, pieprz)	9	klops duszony duszone w sosie warzywnym (wieprzowina łopatką 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,marchew 50g, cukinia 50g, olej rzepakowy, ziota, sól, pieprz)	9	klops duszony duszone w sosie warzywnym (wieprzowina łopatką 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,marchew 50g, cukinia 50g, olej rzepakowy, ziota, sól, pieprz)	9
	ziemniaki 200g		ziemniaki 200g		ziemniaki 200g		ziemniaki 200g		ziemniaki 200g	
O B I A D	zielona fasolka z wody 120g		zielona fasolka z wody 120g		zielona fasolka z wody 120g		zielona fasolka z wody 120g		zielona fasolka 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 7	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 7	pieczywo graham 120g	1a
	masto extra 10g		masto extra 10g	7	masto extra 10g	7	masto extra 10g		masto extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
K O L A C J A	papryka zielona 30g		pasta z cukinii (cukinia, olej, nać pietruszki) 30g		papryka zielona 30g		pasta z cukinii (cukinia, olej, nać pietruszki) 30g		pasta z cukinii (cukinia, olej, nać pietruszki) 30g	
	roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g	
	szynka z indyka kanapkowa 60g		szynka z indyka kanapkowa 60g		szynka z indyka kanapkowa 60g		szynka z indyka kanapkowa 60g		szynka z indyka kanapkowa 60g	
	naleśnik parowany z twarogiem i dżemem (mąka pszenna 50g, jaja, mleko 1,5%, olej 150g, rzepakowy, twaróg półtłusty 50g, dżem 30g)	1a,3,7	naleśnik parowany z twarogiem i dżemem (mąka pszenna 50g, jaja, mleko 1,5%, olej 150g, rzepakowy, twaróg półtłusty 50g, dżem bez pestek 30g)	1a,3,7	naleśnik parowany z twarogiem i dżemem (mąka pszenna razowa 50g, jaja, mleko 1,5%, olej 150g, rzepakowy, twaróg półtłusty 50g, dżem b/c 30g)	1a,3,7	naleśnik parowany z twarogiem i dżemem (mąka pszenna 50g, jaja, mleko 1,5%, olej 150g, rzepakowy, twaróg półtłusty 50g, dżem bez pestek 30g)	1a,3,7	naleśnik parowany z twarogiem i dżemem (mąka pszenna 50g, jaja, mleko 1,5%, olej 150g, rzepakowy, twaróg półtłusty 50g, dżem bez pestek 30g)	1a,3,7
	jogurt naturalny 150g	7	jogurt naturalny 150g	7	jogurt naturalny 150g	7	jogurt naturalny 150g	7	jogurt naturalny 150g	7
	2 143		2 213		2 287		2 294		2 279	
	124		135,1		138		144,1		139,5	
	50,2		53,5		59		57,7		55,1	
	18		18,1		18,8		19		18,2	
	310,1		313,2		325,1		310,4		328,3	
	58,9		56,2		56,8		57,9		56,3	
	35,1		35,1		53,8		39,2		49,9	
	2033,9		2978,3		2229,2		1310		3198,8	

PIĄTEK 24.10.2025				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	
	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		marchewka baby z wody 30g		papryka żółta 30g		marchewka baby z wody 30g		marchewka baby z wody 30g		
	miks sałat 10g		miks sałat 10g		miks sałat 10g		miks sałat 10g		miks sałat 10g		
	serek wiejski z koperkiem 100g	7	serek wiejski z koperkiem 100g	7	serek wiejski z koperkiem 60g	7	serek wiejski z koperkiem 100g	7	serek wiejski z koperkiem 60g	7	
	kietbaska koktajlowa z wody 100g		kietbaska koktajlowa z wody 100g		kietbaska koktajlowa z wody 100g		kietbaska koktajlowa z wody 100g		kietbaska koktajlowa z wody 100g		
25					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, sok z cytryny, ziemniaki) 300g	9	barszcz czerwony (bulion warzywny bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, buraki, sok z cytryny, ziemniaki) 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, sok z cytryny, ziemniaki) 300g	9	barszcz czerwony (bulion warzywny bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, buraki, sok z cytryny, ziemniaki) 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 pszennan razowa, 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	
	colesław (biała kapusta, marchewka, cebula, czerwona papryka, szpinak, majonez, jogurt naturalny, sól, pieprz) 120g	3,7, 10	surówka z marchwii (olej rzepakowy, sól, nać pietruszki) 120g		colesław (biała kapusta, marchewka, cebula, czerwona papryka, szpinak, majonez, jogurt naturalny, sól, pieprz) 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		
	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		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		
	szynka drobiowa kanapkowa 60g		szynka drobiowa kanapkowa 60g		szynka drobiowa kanapkowa 60g		szynka drobiowa kanapkowa 80g		szynka drobiowa kanapkowa 60g		
	pasta twarogowa na jogurcie z ziołami (twaróg, jogurt naturalny, zioła, sól, pieprz) 60g	7	ziołami (twaróg, jogurt naturalny, zioła, sól, pieprz) 60g	7	ziołami (twaróg, jogurt naturalny, zioła, sól, pieprz) 60g	7	ziołami (twaróg, jogurt naturalny, zioła, sól, pieprz) 80g	7	ziołami (twaróg, jogurt naturalny, zioła, sól, pieprz) 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 25.10.2025				JADŁOSOPIS EUROMEDICARE							
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIAŁKOWA	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	
	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 żółta	30g	pastą z buraka z zieloną pietruszką (burak gotowany, olej, pietruszka zielona)	30g	papryka żółta	30g	pastą z buraka z zieloną pietruszką (burak gotowany, olej, pietruszka zielona)	30g	pastą z buraka z zieloną pietruszką (burak gotowany, olej, pietruszka zielona)	30g	
	miks sałat	10g	miks sałat	10g	miks sałat	10g	miks sałat	10g	miks sałat	10g	
	serek kanapkowy z ziołami	60g	7 serek kanapkowy z ziołami	60g	7 serek kanapkowy z ziołami	60g	7 serek kanapkowy z ziołami	80g	7 serek kanapkowy z ziołami	60g	
	jajo na twardo	60g	3 jajo na miękko	60g	3 jajo na twardo	60g	3 jajo na miękko	60g	3 jajo na miękko	60g	
2S					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	
	risotto warzyne z tofu (ryż 100g, cukinia 100g, tofu naturalne milone 80g, pieczarki 50g, marchew 50g, suszone pomidory, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,)	350g	6,9 risotto warzyne z tofu (ryż 100g, cukinia 150g, tofu naturalne milone 80g, marchew 50g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,)	350g	6,9 risotto warzyne z tofu (ryż 100g, cukinia 150g, tofu naturalne milone 80g, marchew 50g, suszone pomidory, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,)	350g	6,9 risotto warzyne z tofu (ryż 100g, cukinia 150g, tofu naturalne milone 80g, marchew 50g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,)	350g	6,9 risotto warzyne z tofu (ryż 100g, cukinia 150g, tofu naturalne milone 80g, marchew 50g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,)	350g	
	surówka z białej kapusty z koperkiem, olej rzepakowy, zioła, sól	120g	marchewka tarta z jabłkiem, olej rzepakowy, sól, cukier	120g	surówka z białej kapusty z koperkiem, olej rzepakowy, zioła, 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	
	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	
K O L A C J A	papryka zielona	30g	oliwki czarne	30g	papryka zielona	30g	oliwki czarne	30g	burak gotowany, kostka	30g	
	rukola	10g	rukola	10g	rukola	10g	rukola	10g	rukola	10g	
	twarożek grani z ziołami	60g	7 twarożek grani z ziołami	60g	7 twarożek grani z ziołami	60g	7 twarożek grani z ziołami	80g	7 twarożek grani z ziołami	60g	
	krakowska w plastrach	60g	krakowska w plastrach	60g	krakowska w plastrach	60g	krakowska w plastrach	80g	krakowska w plastrach	60g	
PN	jogurt naturalny	150g	7 jogurt naturalny	150g	7 jogurt naturalny	150g	7 jogurt naturalny	150g	7 jogurt naturalny	150g	
	2 137		2 108		2 218		2 206		2 105		
	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		

NIEDZIELA 26.10.2025				JADŁOSOPIS EUROMEDICARE								
PODSTAWOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGŁOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄKOWA	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
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1a,1 b	pieczywo pszenne	100g	1a	pieczywo pszenne razowe	120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1a,1 b
	masło extra	10g	7	masło extra	10g		masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek zielony	30g		marchew gotowana plastry	30g		marchew gotowana plastry	30g		marchew gotowana plastry	30g	
	roszponka	10g		roszponka	10g		roszponka	10g		roszponka	10g	
	ser typu włoskiego plastry	60g	7	ser typu włoskiego plastry	60g	7	ser typu włoskiego plastry	60g	7	ser typu włoskiego plastry	60g	7
frankfurterka	120g		frankfurterka	120g		frankfurterka	120g		frankfurterka	120g		
25							jabłko	150g		jabłko	150g	
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	rosół (bulion mięsny (mięso drobiowe i wołowe, woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,) 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
	bitka wołowa duszona w sosie koperkowym (wołowina 120g, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziola)	150g	1a,9	bitka wołowa duszona w sosie koperkowym (wołowina 120g, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziola)	150g	1a,9	bitka wołowa duszona w sosie koperkowym (wołowina 120g, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziola)	200g	1a,9	bitka wołowa duszona w sosie koperkowym (wołowina 170g, (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	
	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	
K O L A C J A	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1a,1 b	pieczywo pszenne	100g	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
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	papryka zielona	30g		pasta z buraka z zieloną pietruszką (burak gotowany, olej, ziola, pietruszka)	30g		papryka zielona	30g		pasta z buraka z zieloną pietruszką (burak gotowany, olej, ziola, pietruszka)	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	twarożek kanapkowy śmietankow	80g	7	twarożek kanapkowy śmietankow	80g	7	twarożek kanapkowy śmietankow	80g	7	twarożek kanapkowy śmietankow	80g	7
szynka parzona wieprzowa	60g		szynka parzona wieprzowa	60g		szynka parzona wieprzowa	60g		szynka parzona wieprzowa	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
energia (kcal)		2 149		2 133		2 239		2 217		2 192		
białko (g)		111,6		111,6		111,9		104,5		103,8		
tłuszcze ogółem (g)		65,7		66,3		70,5		62,1		61,3		
kwasyy tłuszczowe nasycone (g)		21,2		21,1		21,6		25,5		24,1		
węglowodany ogółem (g)		285,5		286,1		311,5		325,8		332,9		
mono i disacharydy (g)		54		55		48,3		59,5		56,5		
błonnik (g)		26,1		25,9		43,9		33,2		43,8		
sód		1369,5		2274,6		1888,2		2747,8		3633,1		

PONIEDZIAŁEK 27.10.2025			JADŁOSOPIS EUROMEDICARE				catering			
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIAŁKOWA	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	
	papryka żółta 30g		marchew w plastekach gotowan 30g		papryka żółta 30g		marchew w plastekach gotowan 30g		marchew w plastekach gotowan 30g	
	roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g	
	serek kanapkowy 80g	7	serek kanapkowy 80g	7	serek kanapkowy 80g	7	serek kanapkowy 80g	7	serek kanapkowy 80g	7
	szynka gotowana z kurczaka 60g		szynka gotowana z kurczaka 60g		szynka gotowana z kurczaka 60g		szynka gotowana z kurczaka 60g		szynka gotowana z kurczaka 60g	
25					mandarynka 80g		mandarynka 80g			
O B I A D	pomidorowa z makaronem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, passata 100g, makaron pszenny 100g)	1a,9	pomidorowa z makaronem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, passata 100g, makaron pszenny 100g)	1a,9	pomidorowa z makaronem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, passata 100g, makaron pszenny razowy 100g)	1a,9	pomidorowa z makaronem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, passata 100g, makaron pszenny 100g)	1a,9	(bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, makaron pszenny 100g, koncentrat pomidorowy, nać pietruszki, ziemnaki, marchew, pietruszka)	1a,9
	zrazik drobiowy duszony w sosie własnym (kurczak 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g , mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziota, olej rzepakowy)	1a,9	zrazik drobiowy duszony w sosie własnym (kurczak 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g , mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziota, olej rzepakowy)	1a,9	zrazik drobiowy duszony w sosie własnym (kurczak 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew 50g , mąka pszenna razowa 2g, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziota, olej rzepakowy)	1a,9	zrazik drobiowy duszony w sosie własnym (kurczak120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g , mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziota, olej rzepakowy)	1a,9	zrazik drobiowy duszony w sosie własnym (kurczak 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g , mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziota, olej rzepakowy)	1a,9
	kasza jęczmienna 150g	1c	kasza jęczmienna 150g	1c	kasza jęczmienna 150g	1c	kasza jęczmienna 150g	1c	kasza jęczmienna 150g	1c
	surówka z cukinii z olejem rzepakowym i pietruszką 120g		duszona cukinia (olej, ziota) 120g		surówka z cukinii z olejem rzepakowym i pietruszką 120g		surówka z cukinii z olejem rzepakowym i pietruszką 120g		duszona cukinia (olej, ziota) 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 cukinii z kolendrą (cukinia gotowana, olej, kolendra) 30g		ogórek zielony 30g		pasta z cukinii z kolendrą (cukinia gotowana, olej, kolendra) 30g		pasta z cukinii z kolendrą (cukinia gotowana, olej, kolendra) 30g	
	miks sałat 10g		miks sałat 10g		miks sałat 10g		miks sałat 10g		miks sałat 10g	
	twaróg plastry 60g	7	twaróg plastry 80g	7	twaróg plastry 60g	7	twaróg plastry 80g	7	twaróg plastry 80g	7
	kurczak (gotowany) w galarecie 60g		kurczak (gotowany) w galarecie 60g		kurczak (gotowany) w galarecie 60g		kurczak (gotowany) w galarecie 60g		kurczak (gotowany) w galarecie 60g	
PN	kefir 150g	7	kefir 150g	7	kefir 150g	7	kefir 150g	7	kefir 150g	7
	2 144 108,4 74,1 32,1 265,8 56 21,5 2064,4		2 123 108,2 74,6 31,9 265,3 57 20,9 2971,9		2 216 114,2 77,6 32,8 290,3 51,3 36,4 3189		2 228 114,2 76,4g 33,1 276,1 58,1 22,3 2237,6		2 226 112,8 77,5 32,8 284,9 58,8 32,1 3157,5	

WTOREK 28.10.2025											
JADŁOSOPIS EUROMEDICARE											
catering											
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄŁKOWA	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 7	pieczywo pszenne 100g	1a	pieczywo pszenne razowe 120g	1a	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1a,1 7	pieczywo graham 120g	1a	
	masto extra 10g		masto extra 10g	7	masto extra 10g	7	masto extra 10g		masto 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 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	krem z dyni (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, koper, marchew, dynia 100g, ziemniaki, sól, pieprz, zioła)	9	krem z dyni (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, koper, marchew, dynia 100g, ziemniaki, sól, pieprz, zioła)	9	jarzynowa z ziemniakami (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	9	krem z dyni (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, koper, marchew, dynia 100g, ziemniaki, sól, pieprz, zioła)	9	krem z dyni (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, koper, marchew, dynia 100g, ziemniaki, sól, pieprz, zioła)	9	
	potrawka wieprzowa duszona w sosie własnym (wieprzowina 150g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia, marchew, koper, olej)	9	potrawka wieprzowa duszona w sosie własnym (wieprzowina 150g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia, marchew, koper, olej)	9	potrawka wieprzowa duszona w sosie własnym (wieprzowina 150g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia, marchew, koper, olej)	9	potrawka wieprzowa duszona w sosie własnym (wieprzowina 150g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia, marchew, koper, olej)	9	potrawka wieprzowa duszona w sosie własnym (wieprzowina 150g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia, marchew, koper, olej)	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)		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		
	kompot 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		plastry gotowanego buraka 30g		papryka żółta 30g		plastry gotowanego buraka 30g		plastry gotowanego buraka 30g		
	rukola 10g		rukola 10g		rukola 10g		rukola 10g		rukola 10g		
	sałatka makaronowa (makaron pszenny razowy 100g) z tuńczykiem z wody 80g, jajkiem na twardo 60g, brokułem 50g i natką pietruszki na lekkim sosie jogurtowym (jogurt naturalny 50g)	1a,3, 4,7	sałatka makaronowa (makaron pszenny 100g) z tuńczykiem z wody 80g, jajkiem na miękko 60g, brokułem 50g i natką pietruszki na lekkim sosie jogurtowym (jogurt naturalny 50g)	1a,3, 4,7	sałatka makaronowa (makaron pszenny razowy 100g) z tuńczykiem z wody 80g, jajkiem na twardo 60g, brokułem 50g i natką pietruszki na lekkim sosie jogurtowym (jogurt naturalny 50g)	1a,3, 4,7	sałatka makaronowa (makaron pszenny razowy 100g) z tuńczykiem z wody 80g, jajkiem na miękko 60g, brokułem 50g i natką pietruszki na lekkim sosie jogurtowym (jogurt naturalny 50g)	1a,3, 4,7	sałatka makaronowa (makaron pszenny 100g) z tuńczykiem z wody 80g, jajkiem na miękko 60g, brokułem 50g i natką pietruszki na lekkim sosie jogurtowym (jogurt naturalny 50g)	1a,3, 4,7	
	mozzarella plastry 60g	7	mozzarella plastry 60g	7	mozzarella plastry 60g	7	mozzarella plastry 60g	7	mozzarella plastry 60g	7	
PN	maślanka 200ml	7	maślanka 200ml	7	maślanka 200ml	7	maślanka 200ml	7	maślanka 200ml	7	
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		

ŚRODA 29.10.2025									
JADŁOSOPIS EUROMEDICARE									
id catering									
	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	
	100g	100g	1a,1	100g	1a	100g	1a,1	120g	1a
	10g	10g	b	10g	7	10g	b	10g	7
	60g	60g	7	60g	7	60g	7	60g	7
	30g	30g		30g		30g		30g	
	10g	10g		10g		10g		10g	
	60g	60g		60g		80g		60g	
2S	60g	60g		60g		80g		60g	
O B I A D	zupa fasolkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki, marchew, fasolka szparagowa, nać pietruszki) 300g	zupa fasolkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki, marchew, fasolka szparagowa, nać pietruszki) 300g	9	zupa fasolkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki, marchew, fasolka szparagowa, nać pietruszki) 300g	9	zupa fasolkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki, marchew, fasolka szparagowa, nać pietruszki) 300g	9	zupa fasolkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki, marchew, fasolka szparagowa, nać pietruszki) 300g	9
	200g	200g	1a,3	200g	1a,3	200g	1a,3	200g	1a,3
	150g	150g	7	150g	7	150g	7	150g	7
	120g	120g		120g		120g		120g	
	250ml	250ml		250ml		250ml		250ml	
	250ml	250ml		250ml		250ml		250ml	
	100g	100g	1a,1	100g	1a	100g	1a,1	120g	1a
K O L A C J A	10g	10g	b	10g	7	10g	b	10g	7
	60g	60g	7	60g	7	60g	7	60g	7
	30g	30g		30g		30g		30g	
	10g	10g		10g		10g		10g	
	60g	60g		60g		100g		60g	
	60g	60g		60g		100g		60g	
	60g	60g		60g		100g		60g	
PN	150ml	150ml	7	150ml	7	150ml	7	150ml	7
energia (kcal)	2 262	2 245		2 305		2 366		2 247	
białko (g)	112	112		112,5		120,9		113,9	
tluszcze ogółem (g)	75,4	76		80,5		80,5		76,2	
	22,2	22,1		22,7		23,2		22,1	
kwasy tłuszczowe nasycone (g)									
węglowodany ogółem (g)	291,3	291,9		304,9		298,2		295,7	
mono i disacharydy (g)	58,5	59,6		50,9		57,1		50,4	
błonnik (g)	32,6	32,4		50		35,9		43,8	
sód	3487,6	3460,7		3657,7		2682,6		4571,8	

CZWARTEK 30.10.2025			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		
	papryka zielona	30g		burak gotowany w plasterach z pietruszką zieloną	30g		papryka zielona	30g		burak gotowany w plasterach z pietruszką zieloną	30g		burak gotowany w plasterach z pietruszką zieloną	30g		
	rukola	10g		rukola	10g		rukola	10g		rukola	10g		rukola	10g		
	twaróg plastry	60g	7	twaróg plastry	60g	7	twaróg plastry	60g	7	twaróg plastry	80g	7	twaróg plastry	60g	7	
kurczak z warzywami w galarecie		60g	kurczak z warzywami w galarecie		60g	kurczak z warzywami w galarecie		60g	kurczak z warzywami w galarecie		60g	kurczak z warzywami w galarecie		60g		
2S						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	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	krupnik (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g) z kaszą jęczmienną 100g	300g	1c,9	
	mielony wieprzowy duszony w sosie koperkowym (mięso wieprzowe, olej, oregano, liść laurowy, ziele angielskie, bulion	200g	1a,9	mielony wieprzowy duszony w sosie koperkowym (mięso wieprzowe, olej, oregano, liść laurowy, ziele angielskie, bulion	200g	1a,9	mielony wieprzowy duszony w sosie koperkowym (mięso wieprzowe, olej, oregano, liść laurowy, ziele angielskie, bulion	200g	1a,9	mielony wieprzowy duszony w sosie koperkowym (mięso wieprzowe, olej, oregano, liść laurowy, ziele angielskie, bulion	200g	1a,9	mielony wieprzowy duszony w sosie koperkowym (mięso wieprzowe, olej, oregano, liść laurowy, ziele angielskie, bulion	200g	1a,9	
	warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna, koper)			warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna, koper)			warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna razowa, koper)			warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna, koper)			warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna, koper)			
	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	
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		pasta z cukinii z ziołami (cukinia gotowana, olej, zioła)	30g		papryka żółta	30g		pasta z cukinii z ziołami (cukinia gotowana, olej, zioła)	30g		pasta z cukinii z ziołami (cukinia gotowana, olej, zioła)	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	
		szynka wieprzowa gotowana	60g			szynka wieprzowa gotowana	60g			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		2 243		2 196		2 366		2 247						
		95,3		110		95,1		120,9		113,9						
		67,8		76		69,3		80,5		76,2						
		20,7		22,1		20,6		23,2		22,1						
		305,4		291,9		304,9		298,2		295,7						
		51,8		59,6		52,8		57,1		50,4						
		38,8		32,4		38,1		35,9		43,8						
		1907,3		3460,7		2814,8		2682,6		4571,8						

PIĄTEK 31.10.2025				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		marchewka baby z wody 30g		papryka żółta 30g		marchewka baby z wody 30g		marchewka baby z wody 30g	
	miks sałat 10g		miks sałat 10g		miks sałat 10g		miks sałat 10g		miks sałat 10g	
	serek wiejski z koperkiem 100g	7	serek wiejski z koperkiem 100g	7	serek wiejski z koperkiem 60g	7	serek wiejski z koperkiem 100g	7	serek wiejski z koperkiem 60g	7
	kiełbasa biała z wody 100g		kiełbasa biała z wody 100g		kiełbasa biała z wody 100g		kiełbasa biała z wody 100g		kiełbasa biała z wody 100g	
25					banan zielony 150g	7	banan 150g	7		
O B I A D	krem z białych warzyw (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, pietruszka, ziemniaki, seler, nać) 300g	9	krem z białych warzyw (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, pietruszka, ziemniaki, seler, nać) 300g	9	krem z białych warzyw (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, pietruszka, ziemniaki, seler, nać) 300g	9	krem z białych warzyw (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, pietruszka, ziemniaki, seler, nać) 300g	9	krem z białych warzyw (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, pietruszka, ziemniaki, seler, nać) 300g	9
	ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem (ryż biały 150g, mleko, jabłka 100g, cynamon, olej). 250g	7	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 120g, 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	
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 60g	7	serek kanapkowy śmietankowy 60g	7	serek kanapkowy śmietankowy 60g	7	serek kanapkowy śmietankowy 100g	7	serek kanapkowy śmietankowy 130g	7
	pasta rybna (sardynki w sosie pomidorowym, koper, twaróg, sól, pieprz) 100g	4,7	pasta rybna (sardynki w sosie pomidorowym, koper, twaróg, sól, pieprz) 100g	4,7	pasta rybna (sardynki w sosie pomidorowym, koper, twaróg, sól, pieprz) 100g	4,7	pasta rybna (sardynki w sosie pomidorowym, koper, twaróg, sól, pieprz) 100g	4,7	pasta rybna (sardynki w sosie pomidorowym, koper, twaróg, sól, pieprz) 100g	4,7
PN	maślanka 200ml	7	maślanka 200ml	7	maślanka 200ml	7	maślanka 200ml	7	maślanka 200ml	7
	2 143 124 50,2 18 310,1 58,9 35,1 2033,9		2 213 135,1 53,5 18,1 313,2 56,2 35,1 2978,3		2 279 120,3 97,5 36,4 295,9 58,5 18,3 3906,1		2 294 144,1 57,7 19 310,4 57,9 39,2 1310		2 279 139,5 55,1 18,2 328,3 56,3 49,9 3198,8	