

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

PIĄTEK 1.11.2024

JADŁOSPIS EuroMediCare



PODSTAWOWA		ANFD BFB	LATWOSTRAWNA	ALNR GRNR	Z OGRANICZENIEM LATWOPRYSYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALNR GRNR	BOGATOBIALKOWA	ANFD BFB	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUŻAJĄCYCH WYDZ. SOKU ZŁOŁDKOWEGO	ALNR GRNR
herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml
pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	100g	pieczywo pszenno-żytnie razowe	120g	pieczywo pszenno-żytnie	100g	pieczywo graham	120g
masło extra	10g	7	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		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
serek wiejski z koperkiem	100g	7	serek wiejski z koperkiem	100g	serek wiejski z koperkiem	100g	serek wiejski z koperkiem	100g	serek wiejski z koperkiem	100g
szynka wieprzowa parzona	60g		szynka wieprzowa parzona	60g	szynka wieprzowa parzona	60g	szynka wieprzowa parzona	80g	szynka wieprzowa parzona	60g
					sok warzywny	150ml	sok warzywny	150ml		
zupa pietruszkowa (bulion warzywny bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, pietruszka, seler, kalafior 50g, fasolka zielona 50g, ziemniaki 50g)	300g	9	zupa pietruszkowa (bulion warzywny bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, pietruszka, seler, kalafior 50g, fasolka zielona 50g, ziemniaki 50g)	300g	9	zupa pietruszkowa (bulion warzywny bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, pietruszka, seler, kalafior 50g, fasolka zielona 50g, ziemniaki 50g)	300g	9	zupa pietruszkowa (bulion warzywny bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, pietruszka, seler, kalafior 50g, fasolka zielona 50g, ziemniaki 50g)	300g
klops duszony z mintaja w sosie warzywnym (mintaj 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, ryż jaśminowy	200g	1.4.9	klops duszony z mintaja w sosie warzywnym (mintaj 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, ryż jaśminowy	200g	1.4.9	klops duszony z mintaja w sosie warzywnym (mintaj 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, ryż jaśminowy	200g	1.4.9	klops duszony z mintaja w sosie warzywnym (mintaj 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, ryż jaśminowy	200g
warzywa duszone w ziotach (cukinia100g, marchew 70g, sól, ziota, olej rzepakowy)	200g		warzywa duszone w ziotach (cukinia100g, marchew 70g, sól, ziota, olej rzepakowy)	200g		warzywa duszone w ziotach (cukinia100g, marchew 70g, sól, ziota, olej rzepakowy)	200g		warzywa duszone w ziotach (cukinia100g, marchew 70g, sól, ziota, olej rzepakowy)	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	1	pieczywo pszenne	100g	pieczywo pszenno-żytnie razowe	120g	pieczywo pszenno-żytnie	100g	pieczywo graham	120g
masło extra	10g	7	masło extra	10g	masło extra	10g	masło extra	10g	masło extra	10g
pomidor	60g		pomidor	60g	pomidor	60g	pomidor	60g	pomidor	60g
rzodkiewki	30g		pastą z cukinii z kolendrą	30g	rzodkiewki	30g	pastą z cukinii z kolendrą	30g	pastą z cukinii z kolendrą	30g
kietki słonecznika	10g		kietki słonecznika	10g	kietki słonecznika	10g	kietki słonecznika	10g	kietki słonecznika	10g
naleśnik z mozzarellą i warzywami (mąka pszenna 50g, jaja, mleko 1,5%, olej rzepakowy), marchew 30g, cukinia 50g, pietruszką)	250g	1.3.7	naleśnik z mozzarellą i warzywami (mąka pszenna 50g, jaja, mleko 1,5%, olej rzepakowy), marchew 30g, cukinia 50g, pietruszką)	250g	1.3.7	naleśnik z mozzarellą i warzywami (mąka pszenna razowa 50g, jaja, mleko 1,5%, olej rzepakowy), marchew 30g, cukinia 50g, pietruszka)	250g	1.3.7	naleśnik z mozzarellą i warzywami (mąka pszenna 50g, jaja, mleko 1,5%, olej rzepakowy), marchew 30g, cukinia 50g, pietruszką)	250g
drobiowa pasta mięsna (kurze udka pieczone 50g, majeranek, jogurt naturalny 5g, odtłuszczony majonez 5g)	60g	3.7	drobiowa pasta mięsna (kurze udka pieczone 50g, majeranek, jogurt naturalny 5g, odtłuszczony majonez 5g)	60g	3.7	drobiowa pasta mięsna (kurze udka pieczone 50g, majeranek, jogurt naturalny 5g, odtłuszczony majonez 5g)	60g	3.7	drobiowa pasta mięsna (kurze udka pieczone 50g, majeranek, jogurt naturalny 5g, odtłuszczony majonez 5g)	60g
jogurt naturalny	150ml	7	jogurt naturalny	150ml	7	jogurt naturalny	150ml	7	jogurt naturalny	150ml
energia (kcal)	2190		2190		2190		2190		2190	
białko (g)	112,2		112,2		114,6		120,6		115,3	
węglowodany (g)	66,8		67,4		72,8		71,8		68,7	
energia (kJ)	25,8		25,7		26,5		26,8		25,9	
energia (kcal) z tłuszczu (g)	296,1		296,7		317,9		302,9		296,2	
energia (kcal) z węglowodanów (g)	59,2		59,2		51,4		57,6		51	
energia (kcal) z białka (g)	50,8		50,8		47,8		55,1		41,8	
całk.	3190,1		4013,2		3278,4		2393,8		4043	

SOBOTA 2.11.2024

JADŁOSPIS EuroMediCare

locaterino

PODSTAWOWA	INNE	LATWOSTRAWNA	INNE	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	INNE	BOGATOBIALKOWA	INNE	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUŻAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻYŁADKOWEGO	INNE		
kakao (mleko 1,5%, kakao proszek)	200ml	7	kakao (mleko 1,5%, kakao proszek)	200ml	7	kakao (mleko 1,5%, kakao proszek)	200ml	7	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml	7
herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe	120g	1	pieczywo graham	120g	1
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		plastry parzonej cukinii	30g		ogórek zielony	30g		plastry parzonej cukinii	30g	
sałata masłowa	10g		sałata masłowa	10g		sałata masłowa	10g		sałata masłowa	10g	
pastą z riccotty ze słodką papryką	90g	7	pastą z riccotty ze słodką papryką	90g	7	pastą z riccotty ze słodką papryką	90g	7	pastą z riccotty ze słodką papryką (ricotta,	90g	7
szynka z kurczaka gotowana	60g		szynka z kurczaka parzona	60g		szynka z kurczaka parzona	60g		szynka z kurczaka parzona	60g	
* chątka	100g	1,3,7	chątka	100g	1,3,7	chątka pełnoziarnista b/c	100g	1,3,7	chątka	100g	1,3,7
zupa kalafiorowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, kalafior 100g, ziemniaki 100g, sól, pieprz, ziola)	300g	9	zupa kalafiorowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, kalafior 100g, ziemniaki 100g, sól, pieprz, ziola)	300g	9	zupa kalafiorowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, kalafior 100g, ziemniaki 100g, sól, pieprz, ziola)	300g	9	zupa kalafiorowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, kalafior 100g, ziemniaki 100g, sól, pieprz, ziola)	300g	9
kotlet warzywny pieczony z ciecierzycą w sosie koperkowym (cukinia 100g, tofu, ciecierzycza mielona 100g, marchew 50g, jaja, zielona pietruszka, koper, olej rzepakowy)	300g	3	pulpet warzywny z tofu duszony w sosie koperkowym (cukinia 100g, tofu naturalne 100g, marchew 50g, jaja, zielona pietruszka, koper, olej rzepakowy)	300g	3,6	kotlet warzywny pieczony z ciecierzycą w sosie koperkowym (cukinia 100g, tofu naturalne 100g, marchew 50g, jaja, zielona pietruszka, koper, olej rzepakowy)	300g	3	pulpet warzywny z tofu duszony w sosie koperkowym (cukinia 100g, tofu naturalne 100g, marchew 50g, jaja, zielona pietruszka, koper, olej rzepakowy)	300g	3,6
kasza bulgur	150g	7	kasza bulgur	150g	7	kasza bulgur	150g	7	kasza bulgur	150g	7
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	1	pieczywo pszenne	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe	120g	1	pieczywo graham	120g	1
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	
oliwki czarne półtówki	30g		oliwki czarne półtówki	30g		oliwki czarne półtówki	30g		pieczony burak plastry	30g	
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	80g	7
szynka wieprzowa kanapkowa	60g		szynka wieprzowa kanapkowa	60g		szynka wieprzowa kanapkowa	60g		szynka wieprzowa kanapkowa	60g	
* kefir	150g	7	kefir	150g	7	kefir	150g	7	kefir	150g	7
energia (kcal)	2136		energia (kcal)	2136		energia (kcal)	2210		energia (kcal)	2192	
białko (g)	99,6		białko (g)	99,2		białko (g)	98,4		białko (g)	103,8	
węglowodany (g)	91		węglowodany (g)	92,5		węglowodany (g)	84,4		węglowodany (g)	91,3	
energia (kcal) (bez alkoholu i soli)	25,1		energia (kcal) (bez alkoholu i soli)	24,8		energia (kcal) (bez alkoholu i soli)	25,5		energia (kcal) (bez alkoholu i soli)	24,1	
energia (kcal) (bez alkoholu i soli)	312,4		energia (kcal) (bez alkoholu i soli)	312,5		energia (kcal) (bez alkoholu i soli)	340,1		energia (kcal) (bez alkoholu i soli)	332,9	
energia (kcal) (bez alkoholu i soli)	58,7		energia (kcal) (bez alkoholu i soli)	57,9		energia (kcal) (bez alkoholu i soli)	54,6		energia (kcal) (bez alkoholu i soli)	56,5	
energia (kcal)	31,1		energia (kcal)	31,8		energia (kcal)	47		energia (kcal)	41,8	
całk.	2625,8		całk.	3411,5		całk.	3786,9		całk.	3631,1	

NIEDZIELA 3.11.2024

JADŁOSPIS EuroMediCare



PODSTAWOWA	ALBIRNY	LATWOSTRAWNA	ALBIRNY	Z OGRANICZENIEM LATWOPRYSZAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALBIRNY	BOGATOBIAŁKOWA	ALBIRNY	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUŻAJĄCYCH WYD. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALBIRNY		
inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml	1,7	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml	1,7	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml	1,7	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml	1,7
herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe	120g	1	pieczywo graham	120g	1
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		plastry buraka gotowanego z pietruszką	30g		ogórek zielony	30g		plastry buraka gotowanego z pietruszką	30g	
sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
frankfurterka z wody	60g		frankfurterka z wody	60g		frankfurterka z wody	60g		frankfurterka z wody	60g	
jaja na twardo w jogurcie naturalnym i ziołach	150g (100, 50g)	3,7	jaja na miękko w jogurcie naturalnym i ziołach	150g (100, 50g)	3,7	jaja na twardo w jogurcie naturalnym i ziołach	150g (100, 50g)	3,7	jaja na miękko w jogurcie naturalnym i ziołach	150g (100, 50g)	3,7
ciasto drożdżowe	100g	1.3.7	ciasto drożdżowe	100g	1.3.7	ciasto drożdżowe b/c	100g	1.3.7	ciasto drożdżowe	100g	1.3.7
rosół (bulion mięsny (mięso drobiowe i wołowe, woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,) z makaronem pszennym 150g	300g	9.1	bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń), z makaronem pszennym 150g	300g	9.1	rosół (bulion mięsny (mięso drobiowe i wołowe, woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,) z makaronem ryżowym 150g	300g	9.1	bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń), z makaronem pszennym 150g	300g	9.1
schab gotowany w sosie pomidorowo-koperkowym (schab 120g, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, pomidory z puszki, sól, zioła)	150g	1	schab gotowany w sosie pomidorowo-koperkowym (schab 120g, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, pomidory z puszki, sól, zioła)	150g	1	schab gotowany w sosie pomidorowo-koperkowym (schab 120g, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, pomidory z puszki, sól, zioła)	150g	1	schab gotowany w sosie koperkowym (schab 120g, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, sól, zioła)	150g	1
ziemniak pieczony	200g		ziemniak pieczony	200g		ziemniak pieczony	200g		ziemniak pieczony	200g	
surówka z białej rzodkwi z rodzynekami	120g		marchewka baby	120g		surówka z białej rzodkwi	120g		marchewka baby	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	1	pieczywo pszenne	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe	120g	1	pieczywo graham	120g	1
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 żółta	30g		pasta z cukinii z tymiankiem	30g		papryka żółta	30g		pasta z cukinii z tymiankiem	30g	
sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
mozzarella z pesto bazyliowym	100g (80g, 20g)	7	mozzarella z pastą pietruszkową	100g (80g, 20g)	7	mozzarella z pesto bazyliowym	100g (80g, 20g)	7	mozzarella z pastą pietruszkową	100g (80g, 20g)	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 własnym, natka pietruszki)	60g	4
maślanka	200g	7	maślanka	200g	7	maślanka	200g	7	maślanka	200g	7
	2144			2120			2128			2126	
	188,4			188,2			187,1			184,2	
	74,1			74,6			77,6			76,46	
	32,1			31,9			32,8			33,1	
	265,9			265,3			268,3			276,1	
	58			57			53,3			58,1	
	21,5			20,9			26,4			22,3	
	2084,4			2071,9			2109			2077,8	

energia	2144
białko	188,4
węglowodany	74,1
białko (w tym z mleka)	32,1
węglowod. (w tym cukier)	265,9
energia (z tłuszczu)	58
energia (z węglowod.)	21,5
całk.	2084,4

PONIEDZIAŁEK 4.11.2024

JADŁOSPIS EuroMediCare



PODSTAWOWA	ALBIRGEM	LATWOSTRAWNA	ALBIRGEM	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALBIRGEM	BOGATOBIAŁKOWA	ALBIRGEM	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUŻAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALBIRGEM
herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1
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 gotowana 30g		ogórek zielony 30g		marchew w plastekach gotowana 30g		marchew w plastekach gotowana 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 60g		szynka drobiowa 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
jabłko 150g		jabłko 150g		jabłko 150g		jabłko 150g		jabłko 150g	
zupa koperkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, koper, ziemniaki 100g, sól, pieprz, ziota) 300g	9	zupa koperkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, koper, ziemniaki 100g, sól, pieprz, ziota) 300g	9	zupa koperkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, koper, ziemniaki 100g, sól, pieprz, ziota) 300g	9	zupa koperkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, koper, ziemniaki 100g, sól, pieprz, ziota) 300g	9	zupa koperkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, koper, ziemniaki 100g, sól, pieprz, ziota) 300g	9
duszona roladka z indyka z zielonym nadzieniem pietruszkowym w sosie własnym (filet z indyka 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziota) 200g	1.9	duszona roladka z indyka z zielonym nadzieniem pietruszkowym w sosie własnym (filet z indyka 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziota) 200g	1.9	duszona roladka z indyka z zielonym nadzieniem pietruszkowym w sosie własnym (filet z indyka 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziota) 200g	1.9	duszona roladka z indyka z zielonym nadzieniem pietruszkowym w sosie własnym (filet z indyka 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziota) 200g	1.9	duszona roladka z indyka z zielonym nadzieniem pietruszkowym w sosie własnym (filet z indyka 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziota) 200g	1.9
puree z ziemniaków (ziemniaki, mleko) 200g	7	puree z ziemniaków (ziemniaki, mleko) 200g	7	ziemniaki z wody 200g	7	puree z ziemniaków (ziemniaki, mleko) 200g	7	puree z ziemniaków (ziemniaki, mleko) 200g	7
surówka z cukinii z czarnuszką zmieloną (cukinia, olej rzepakowy, czarnuszka, ziota) 100g		surówka z cukinii z czarnuszką zmieloną (cukinia, olej rzepakowy, czarnuszka, ziota) 100g		surówka z cukinii z czarnuszką zmieloną (cukinia, olej rzepakowy, czarnuszka, ziota) 100g		surówka z cukinii z czarnuszką zmieloną (cukinia, olej rzepakowy, czarnuszka, ziota) 100g		surówka z cukinii z czarnuszką zmieloną (cukinia, olej rzepakowy, czarnuszka, ziota) 100g	
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	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1
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	
twaróg półtłusty w plastrach 100g	7	twaróg półtłusty w plastrach 100g	7	twaróg półtłusty w plastrach 100g	7	twaróg półtłusty w plastrach 100g	7	twaróg półtłusty w plastrach 100g	7
połudwica sopocka 60g		połudwica sopocka 60g		połudwica sopocka 60g		połudwica sopocka 60g		połudwica sopocka 60g	
jogurt naturalny 180g	7	jogurt naturalny 180g	7	jogurt naturalny 180g	7	jogurt naturalny 180g	7	jogurt naturalny 180g	7

energia (kcal)	2281	2289	2282	2386	2190
białko (g)	99,5	99,5	101,3	107,9	102,5
węglowodany (g)	711,1	711,6	721,2	762,2	672,8
masło (g)	26,1	26	26	27,3	26,4
masło słodzone (g)	328,5	328	321,5	325,9	313,1
masło słodzone (g)	50,3	51,3	50,7	49,5	52,2
masło słodzone (g)	26,1	25,4	42,6	20,3	26
masło (g)	26,1	26,8	218,3	125,1	105,8

PODSTAWOWA	AL. ENERG. W	LATWOSTRAWNA	AL. ENERG. W	Z OGRANICZENIEM LATWOPRYSZAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	AL. ENERG. W	BOGATOBIALKOWA	AL. ENERG. W	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUŻAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	AL. ENERG. W		
herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml			
pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1		
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		burak gotowany w plastrach z pietruszką zieloną 30g		ogórek konserwowy 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			
szynka wieprzowa gotowana 60g		szynka wieprzowa gotowana 60g		szynka wieprzowa gotowana 60g		szynka wieprzowa gotowana 80g		szynka wieprzowa gotowana 60g			
serek śmietankowy kanapkowy 80g	7	serek śmietankowy kanapkowy 80g	7	serek śmietankowy kanapkowy 80g	7	serek śmietankowy kanapkowy 80g	7	serek śmietankowy kanapkowy 80g	7		
**											
				gruszka 150g		gruszka 150g					
zupa pomidorowa z makaronem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, makaron pszenny 100g, koncentrat pomidorowy, nać pietruszki)	300g	1.9	zupa pomidorowa z makaronem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, makaron pszenny 100g, koncentrat pomidorowy, nać pietruszki)	300g	1.9	zupa pomidorowa z makaronem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, makaron pszenny 100g, koncentrat pomidorowy, nać pietruszki)	300g	1.9	zupa jarzynowa z makaronem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, makaron pszenny 100g, koncentrat pomidorowy, nać pietruszki, ziemniaki, marchew, pietruszka)	300g	1.9
pieczone mięso mielone na sosie warzywnym (topatka wieprzowa 120g,	200g	1.9	pieczone mięso mielone na sosie warzywnym (topatka wieprzowa 120g,	200g	1.9	pieczone mięso mielone na sosie warzywnym (topatka wieprzowa 120g,	200g	1.9	pieczone mięso mielone na sosie warzywnym (topatka wieprzowa 120g,	200g	1.9
kasza jęczmienna 200g			kasza jęczmienna 200g			kasza jęczmienna 200g	1	kasza jęczmienna 200g		1	
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	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1		
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 z czarnuszką zmieloną 30g		pastą z cukinii z czarnuszką zmieloną 30g		ogórek zielony z czarnuszką zmieloną 30g		pastą z cukinii z czarnuszką zmieloną 30g		pastą z cukinii z czarnuszką zmieloną 30g			
roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g			
ser caprese w plastrach z pietruszką 80g	7	ser caprese w plastrach z pietruszką 80g	7	ser caprese w plastrach z pietruszką 80g	7	ser caprese w plastrach z pietruszką 120g	7	ser caprese w plastrach z pietruszką 80g	7		
hummus z czarnuszką mieloną 100g	6.11	hummus z czarnuszką mieloną 100g	6.11	hummus z czarnuszką mieloną 100g	6.11	hummus z czarnuszką mieloną 100g	6.11	serek kanapkowy śmietankowy 100g	6.11		
kefir 150g	7	kefir 150g	7	kefir 150g	7	kefir 150g	7	kefir 150g	7		
**											
energia (kcal)	2262		2246		2306		2366		2247		
białko (g)	112		112		112,5		110,9		113,9		
węglowodany (g)	75,4		76		80,5		80,5		76,2		
energia (kcal) (bez alkoholu i soli)	22,2		22,1		22,7		23,2		22,1		
energia (kcal) (bez soli)	291,3		291,9		304,9		298,2		295,7		
energia (kcal) (bez cukru i soli)	98,9		99,6		99,9		97,1		98,4		
energia (kcal)	52,9		52,4		52		52,9		49,4		
WCI	3487,9		3485,7		3627,7		3622,6		3671,8		

energia (kcal)	2262
białko (g)	112
węglowodany (g)	75,4
energia (kcal) (bez alkoholu i soli)	22,2
energia (kcal) (bez soli)	291,3
energia (kcal) (bez cukru i soli)	98,9
energia (kcal)	52,9
WCI	3487,9

ŚRODA 6.11.2024

JADŁOSPIS EuroMediCare

locaterino

PODSTAWOWA	ALBUMEN	LATWOSTRAWNA	ALBUMEN	Z OGRANICZENIEM LATWOPRYSZAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALBUMEN	BOGATOBIAŁKOWA	ALBUMEN	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUŻAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALBUMEN
herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1
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 60g	7	twaróg plastry 60g	7
zielona fritata z pieca z szynką drobiową (jaja,szynka drobiowa parzona, szpinak liście) 150g	3	zielona fritata z pieca z szynką drobiową (jaja,szynka drobiowa parzona, szpinak liście) 150g	3	zielona fritata z pieca z szynką drobiową (jaja,szynka drobiowa parzona, szpinak liście) 150g	3	zielona fritata z pieca z szynką drobiową (jaja,szynka drobiowa parzona, szpinak liście) 150g	3	zielona fritata z pieca z szynką drobiową (jaja,szynka drobiowa parzona, szpinak liście) 150g	3
				sok pomidorowy 200ml		sok pomidorowy 200ml			
zupa brokułowa ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, koper, brokuł 100g, ziemniaki 100g, sól, pieprz, ziola) 300g	9	zupa brokułowa ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, koper, brokuł 100g, ziemniaki 100g, sól, pieprz, ziola) 300g	9	zupa brokułowa ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, koper, brokuł 100g, ziemniaki 100g, sól, pieprz, ziola) 300g	9	zupa brokułowa ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, koper, brokuł 100g, ziemniaki 100g, sól, pieprz, ziola) 300g	9	zupa brokułowa ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, koper, brokuł 100g, ziemniaki 100g, sól, pieprz, ziola) 300g	9
gulasz wieprzowy duszony w sosie ziołowym (topatka wieprzowa 120g, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziola, sól, pieprz, olej rzepakowy 5g) 150g	9	gulasz wieprzowy duszony w sosie ziołowym (topatka wieprzowa 120g, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziola, sól, pieprz, olej rzepakowy 5g) 150g	9	gulasz wieprzowy duszony w sosie ziołowym (topatka wieprzowa 120g, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziola, sól, pieprz, olej rzepakowy 5g) 150g	9	gulasz wieprzowy duszony w sosie ziołowym (topatka wieprzowa 120g, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziola, sól, pieprz, olej rzepakowy 5g) 150g	9	gulasz wieprzowy duszony w sosie ziołowym (topatka wieprzowa 120g, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziola, sól, pieprz, olej rzepakowy 5g) 150g	9
pieczone placki ziemniaczane (ziemniaki, mąka pszenna, jaja, sól, pieprz) 120g	1,3	pieczone placki ziemniaczane (ziemniaki, mąka pszenna, jaja, sól, pieprz) 120g	1,3	pieczone placki ziemniaczane (ziemniaki, mąka pszenna razowa, jaja, sól, pieprz) 120g	1,3	pieczone placki ziemniaczane (ziemniaki, mąka pszenna, jaja, sól, pieprz) 120g	1,3	pieczone placki ziemniaczane (ziemniaki, mąka pszenna, jaja, sól, pieprz) 120g	1,3
surówka z białej kapusty z marchewką (kapusta biała, marchew, pietruszka, sól, pieprz, ziola, olej rzepakowy) 120g		mtoda marchewka z wody 120g		surówka z białej kapusty z marchewką (kapusta biała, marchew, pietruszka, sól, pieprz, ziola, olej rzepakowy) 120g		mtoda marchewka z wody 120g		mtoda 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	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1
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	
frankfurterka z wody 60g		frankfurterka z wody 60g		frankfurterka z wody 60g		frankfurterka z wody 60g		frankfurterka z wody 60g	
ser żółty morski 60g	7	ser żółty odtłuszczony 60g	7	ser żółty morski 60g	7	ser żółty morski 60g	7	ser żółty odtłuszczony 60g	7
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
energetyka (kcal)	2280	2279	2284	2281	2281	2281	2281	2281	
białko (g)	104,3	104,3	107,4	116	107,2	116	107,2	116	
węglowodany (g)	96,9	97,5	90,8	92,9	96,5	92,9	96,5	92,9	
energia (kcal)	36,5	36,4	29	32,3	36,4	32,3	36,4	32,3	
energetyka (kcal)	253,9	253,9	270,2	253,9	260	253,9	260	253,9	
białko (g)	97,5	98,5	94,1	97,2	98,6	97,2	98,6	97,2	
węglowodany (g)	18,5	18,3	35,7	21	29,2	21	29,2	21	
energetyka (kcal)	3001	3000,1	3700,6	2602	3000,6	2602	3000,6	2602	

CZWARTEK 7.11.2024

JADŁOSPIS EuroMediCare

locatering

PODSTAWOWA	ALBIRGNY	LATWOSTRAWNA	ALBIRGNY	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALBIRGNY	BOGATOBIAŁKOWA	ALBIRGNY	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUŻAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALBIRGNY
herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	1	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1
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		ogórek kiszony bez skórki 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	
				jabłko 150g		jabłko 150g			
zupa fasolkowa (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniak 100g, fasolka zielona 100g) 300g	9	zupa fasolkowa (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniak 100g, fasolka zielona 100g) 300g	9	zupa fasolkowa (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniak 100g, fasolka zielona 100g) 300g	9	zupa fasolkowa (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniak 100g, fasolka zielona 100g) 300g	9	zupa fasolkowa (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniak 100g, fasolka zielona 100g) 300g	9
potrawka wieprzowa w sosie nomidorowym (łonatka wierzowa 150g) 200g	9	potrawka wieprzowa w sosie nomidorowym (łonatka wierzowa 150g) 200g	9	potrawka wieprzowa w sosie nomidorowym (łonatka wierzowa 150g) 200g	9	potrawka wieprzowa w sosie nomidorowym (łonatka wierzowa 150g) 200g	9	potrawka wieprzowa w sosie nomidorowym (łonatka wierzowa 150g) 200g	9
makaron muszelki 150g	1.3	makaron muszelki 150g	1.3	makaron razowy muszelki 150g	1.3	makaron muszelki 150g	1.3	makaron muszelki 150g	1.3
tarta marchewka z jabłkiem, z sokiem z cytryny z natką pietruszki (olej rzepakowy, sól, pieprz) 120g		tarta marchewka z jabłkiem, z sokiem z cytryny z natką pietruszki (olej rzepakowy, sól, pieprz) 120g		tarta marchewka z jabłkiem, z sokiem z cytryny z natką pietruszki (olej rzepakowy, sól, pieprz) 120g		tarta marchewka z jabłkiem, z sokiem z cytryny z natką pietruszki (olej rzepakowy, sól, pieprz) 120g		tarta marchewka z jabłkiem z natką pietruszki (olej rzepakowy, 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	
pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1
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		ogórek kiszony bez skórki 30g	
rukola 10g		rukola 10g		rukola 10g		rukola 10g		rukola 10g	
pasta mięsna wieprzowa (topatka wieprzowa gotowana, ziola, odtłuszczony majonez) 60g	3	pasta mięsna wieprzowa (topatka wieprzowa gotowana, ziola, odtłuszczony majonez) 60g	3	pasta mięsna wieprzowa (topatka wieprzowa gotowana, ziola, odtłuszczony majonez) 60g	3	pasta mięsna wieprzowa (topatka wieprzowa gotowana, ziola, odtłuszczony majonez) 60g	3	pasta mięsna wieprzowa (topatka wieprzowa gotowana, ziola, odtłuszczony majonez) 60g	3
zapiekanka ziemniaczana z twarogiem i szpinakiem (ziemniaki 100g, twaróg 50g, jaja, masło, pietruszka, oregano, szpinak) 200g	3.7	zapiekanka ziemniaczana z twarogiem i szpinakiem (ziemniaki 100g, twaróg 50g, jaja, masło, pietruszka, oregano, szpinak) 200g	3.7	zapiekanka ziemniaczana z twarogiem i szpinakiem (ziemniaki 100g, twaróg 50g, jaja, masło, pietruszka, oregano, szpinak) 200g	3.7	zapiekanka ziemniaczana z twarogiem i szpinakiem (ziemniaki 100g, twaróg 50g, jaja, masło, pietruszka, oregano, szpinak) 200g	3.7	zapiekanka ziemniaczana z twarogiem i szpinakiem (ziemniaki 100g, twaróg 50g, jaja, masło, pietruszka, oregano, szpinak) 200g	3.7
serek homogenizowany waniliowy 130g	7	serek homogenizowany waniliowy 130g	7	serek homogenizowany waniliowy b/c 130g	7	serek homogenizowany waniliowy 130g	7	serek homogenizowany waniliowy 130g	7
energia (kcal)	2149	2133		2239		2246		2183	
białko (g)	111,6	111,6		111,9		118,7		114,7	
węglowodany (g)	462,7	462,3		701,5		482,7		472,4	
energia (kcal)	212	211		21,6		21,7		21,3	
energia (kcal)	285,5	286,1		311,5		287,2		298	
energia (kcal)	54	55		48,3		54,4		55,9	
energia (kcal)	261,5	261,9		43,9		291,3		37,6	
energia (kcal)	1389,5	1374,6		1888,2		209,7		2453,7	

SOBOTA 9.11.2024

JADŁOSPIS EuroMediCare



PODSTAWOWA	ALBIRGNY	LATWOSTRAWNA	ALBIRGNY	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALBIRGNY	BOGATOBIAŁKOWA	ALBIRGNY	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALBIRGNY																																												
kakao (mleko 1,5%, kakao proszek)	200ml	7	kakao (mleko 1,5%, kakao proszek)	200ml	7	kakao (mleko 1,5%, kakao proszek)	200ml	7	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml	7																																										
herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml																																											
pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe	120g	1	pieczywo graham	120g	1																																										
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		plastry parzonej cukinii	30g		ogórek zielony	30g		plastry parzonej cukinii	30g																																											
sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g																																											
ser typu włoskiego capri w plastrach z czerwonym pesto (suszone pomidory)	90g (60g, 30g)	7	ser typu włoskiego capri w plastrach z czerwonym pesto (suszone pomidory)	90g (60g, 30g)	7	ser typu włoskiego capri w plastrach z czerwonym pesto (suszone pomidory)	90g (60g, 30g)	7	ser typu włoskiego capri w plastrach	90g	7																																										
pasztet sojowy	80g	6	pasztet sojowy	80g	6	pasztet sojowy	80g	6	pasztet sojowy	80g	6																																										
chątka	100g	1.3.7	chątka	100g	1.3.7	chątka pełnoziarnista b/c	100g	1.3.7	chątka	100g	1.3.7																																										
zupa kalafiorowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, kalafior 100g, ziemniaki 100g, sól, pieprz, ziola)	300g	9	zupa kalafiorowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, kalafior 100g, ziemniaki 100g, sól, pieprz, ziola)	300g	9	zupa kalafiorowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, kalafior 100g, ziemniaki 100g, sól, pieprz, ziola)	300g	9	zupa kalafiorowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, kalafior 100g, ziemniaki 100g, sól, pieprz, ziola)	300g	9																																										
risotto warzyne z tofu (ryż 100g, cukinia 100g, tofu naturalne 80g, nieczarki 50g, surówka z kapusty pekińskiej (sól, pieprz, olej rzepakowy)	350g	6.9	risotto warzyne z tofu (ryż 100g, cukinia 100g, tofu naturalne 80g, nieczarki 50g, surówka z marchwii (olej rzepakowy, ziola)	350g	6.9	risotto warzyne z tofu (ryż brązowy 100g, cukinia 100g, tofu naturalne 80g, nieczarki 50g, surówka z kapusty pekińskiej (sól, pieprz, olej rzepakowy)	350g	6.9	risotto warzyne z tofu (ryż 100g, cukinia 100g, tofu naturalne 80g, marchew 50g, surówka z marchwii (olej rzepakowy, ziola)	350g	6.9																																										
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	1	pieczywo pszenne	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe	120g	1	pieczywo graham	120g	1																																										
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		pasta z pieczonego buraka	30g		ogórek zielony	30g		pasta z pieczonego buraka	30g																																											
sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g																																											
ser żółty plastry	80g	7	ser żółty plastry	80g	7	ser żółty plastry	80g	7	ser żółty plastry	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 własnym z twarogiem	100g	4.7																																										
kefir	150ml	7	kefir	150ml	7	kefir	150ml	7	kefir	150ml	7																																										
<table border="1"> <tr><td>energia kcal</td><td>2140</td><td>2233</td><td>2287</td><td>2394</td><td>2379</td></tr> <tr><td>białko g</td><td>124</td><td>135,1</td><td>138</td><td>144,1</td><td>139,5</td></tr> <tr><td>węglowodany g</td><td>90,2</td><td>93,6</td><td>99</td><td>97,7</td><td>96,1</td></tr> <tr><td>lipidy g</td><td>18</td><td>18,1</td><td>18,8</td><td>19</td><td>18,2</td></tr> <tr><td>węglowodany z grupy sacharydy g</td><td>110,1</td><td>113,2</td><td>115,1</td><td>110,4</td><td>108,3</td></tr> <tr><td>węglowodany z grupy skrobi g</td><td>58,9</td><td>56,2</td><td>56,8</td><td>57,8</td><td>56,3</td></tr> <tr><td>energia kJ</td><td>86,1</td><td>94,1</td><td>93,8</td><td>99,2</td><td>99,9</td></tr> <tr><td>lipidy</td><td>2033,9</td><td>2070,1</td><td>2229,2</td><td>2330</td><td>2308,8</td></tr> </table>	energia kcal	2140	2233	2287	2394	2379	białko g	124	135,1	138	144,1	139,5	węglowodany g	90,2	93,6	99	97,7	96,1	lipidy g	18	18,1	18,8	19	18,2	węglowodany z grupy sacharydy g	110,1	113,2	115,1	110,4	108,3	węglowodany z grupy skrobi g	58,9	56,2	56,8	57,8	56,3	energia kJ	86,1	94,1	93,8	99,2	99,9	lipidy	2033,9	2070,1	2229,2	2330	2308,8					
energia kcal	2140	2233	2287	2394	2379																																																
białko g	124	135,1	138	144,1	139,5																																																
węglowodany g	90,2	93,6	99	97,7	96,1																																																
lipidy g	18	18,1	18,8	19	18,2																																																
węglowodany z grupy sacharydy g	110,1	113,2	115,1	110,4	108,3																																																
węglowodany z grupy skrobi g	58,9	56,2	56,8	57,8	56,3																																																
energia kJ	86,1	94,1	93,8	99,2	99,9																																																
lipidy	2033,9	2070,1	2229,2	2330	2308,8																																																

NIEDZIELA 10.11.2024

JADŁOSPIS EuroMediCare



PODSTAWOWA		ALBEMIN	LATWOSTRAWNA	ALBEMIN	Z OGRANICZENIEM LATWOPRYSZAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALBEMIN	BOGATOBIAŁKOWA	ALBEMIN	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUŻAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALBEMIN	
inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml	1.7	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml	1.7	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml	1.7	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml	1.7
herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe	120g	1	pieczywo graham	120g	1
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 kiszony	30g		ogórek kiszony bez skórki	30g		ogórek kiszony	30g		ogórek kiszony bez skórki	30g	
sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
jaja na twardo na jogurtowym sosie z rzeżuchą	50g (100, 50)	1.7	jaja na miękko na jogurtowym sosie	50g (100, 50)	1.7	jaja na twardo na jogurtowym sosie z rzeżuchą	50g (100, 50)	1.7	jaja na miękko na jogurtowym sosie	50g (100, 50)	1.7
kietbaski białe koktajlowe z wody	100g		kietbaski białe koktajlowe z wody	60g		kietbaski białe koktajlowe z wody	60g		kietbaski białe koktajlowe z wody	60g	
ciasto drożdżowe	100g	1.3,7	ciasto drożdżowe	100g	1.3,7	ciasto drożdżowe b/c	100g	1.3,7	ciasto drożdżowe	100g	1.3,7
rosół (bulion mięsny (mięso drobiowe i wołowe, woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g.) z makaronem pszennym 150g	300g	9.1	rosół (bulion mięsny (mięso drobiowe i wołowe, woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g.) z makaronem pszennym 150g	300g	9.1	rosół (bulion mięsny (mięso drobiowe i wołowe, woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g.) z makaronem ryżowym 150g	300g	9.1	rosół (bulion mięsny (mięso drobiowe i wołowe, woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g.) z makaronem pszennym 150g	300g	9.1
pieczony filet z kurczaka w sosie sojowym (kurczak, słodka papryka, sos sojowy, ziemniaki z koperkiem	200g	6.7	pieczony filet z kurczaka w sosie sojowym (kurczak, słodka papryka, sos sojowy, ziemniaki z koperkiem	200g	6.7	pieczony filet z kurczaka w sosie sojowym (kurczak, słodka papryka, sos sojowy, ziemniaki z koperkiem	200g	6.7	pieczony filet z kurczaka w sosie sojowym (kurczak, słodka papryka, sos sojowy, ziemniaki z koperkiem	200g	6.7
żółta fasolka z wody	120g		zielona fasolka z wody	120g		żółta fasolka z wody	120g		zielona fasolka z wody	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	1	pieczywo pszenne	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe	120g	1	pieczywo graham	120g	1
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 kiszony	30g		ogórek kiszony bez skórki	30g		ogórek kiszony	30g		ogórek kiszony bez skórki	30g	
sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
zapiekanka makaronowa z brokułami i mozzarellą (makaron świderki, mozzarella, brokuł, olej, mleko, ser żółty)	150g	1.7	zapiekanka makaronowa z brokułami i mozzarellą (makaron świderki, mozzarella, brokuł, olej, mleko, ser żółty odtłuszczony)	150g	1.7	zapiekanka makaronowa z brokułami i mozzarellą (makaron razowy świderki, mozzarella, brokuł, olej, mleko, ser żółty)	150g	1.7	zapiekanka makaronowa z brokułami i mozzarellą (makaron świderki, mozzarella, brokuł, olej, mleko, ser żółty odtłuszczony)	150g	1.7
szynka kanapkowa wieprzowa	60g		szynka kanapkowa wieprzowa	60g		szynka kanapkowa wieprzowa	60g		szynka kanapkowa wieprzowa	60g	
jogurt pitny naturalny	150ml	7	jogurt pitny naturalny	150ml	7	jogurt pitny naturalny	150ml	7	jogurt pitny naturalny	150ml	7
	2196			2196			2219			2196	
	99,8			99,2			98,4			104,5	
	61			60,5			64,4			62,3	
	25,1			24,8			25,5			24,1	
	312,4			312,5			340,1			325,8	
	58,7			57,9			54,6			58,5	
	69,1			71,8			47			39,2	
	2622,8			2411,5			2780,6			2567,8	

energia (kcal)	2196
białko (g)	99,8
węgielowodowodowy (g)	61
lipidy (g)	25,1
energia (kcal) z białkiem i tłuszczem (kcal)	312,4
energia (kcal) z węglowod. (kcal)	58,7
energia (kcal) z alkoholem (kcal)	69,1
całkowicie	2622,8

PONIEDZIAŁEK 11.11.2024

JADŁOSPIS EuroMediCare

PODSTAWOWA	ALBIRGEM	LATWOSTRAWNA	ALBIRGEM	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALBIRGEM	BOGATOBIAŁKOWA	ALBIRGEM	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUŻAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALBIRGEM
herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1
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 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	
twaróg plastry 80g	7	twaróg plastry 80g	7	twaróg plastry 80g	7	twaróg plastry 80g	7	twaróg plastry 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	
mandarynka 80g		mandarynka 80g		mandarynka 80g		mandarynka 80g		mandarynka 80g	
zupa cukiniowa (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, botwina 50g, cukinia 100g, ziemniaki 100g, nać) 300g	9	zupa cukiniowa (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, botwina 50g, cukinia 100g, ziemniaki 100g, nać) 300g	9	zupa cukiniowa (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, botwina 50g, cukinia 100g, ziemniaki 100g, nać) 300g	9	zupa cukiniowa (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, botwina 50g, cukinia 100g, ziemniaki 100g, nać) 300g	9	zupa cukiniowa (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, botwina 50g, cukinia 100g, ziemniaki 100g, nać) 300g	9
szynka wieprzowa duszona w sosie koperkowym (szynka, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziola) 200g	1,9	szynka wieprzowa duszona w sosie koperkowym (szynka, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziola) 200g	1,9	szynka wieprzowa duszona w sosie koperkowym (szynka, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziola) 200g	1,9	szynka wieprzowa duszona w sosie koperkowym (szynka, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziola) 200g	1,9	szynka wieprzowa duszona w sosie koperkowym (szynka, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziola) 200g	1,9
kasza jęczmienna 150g		kasza jęczmienna 150g		kasza jęczmienna 150g		kasza jęczmienna 150g		kasza jęczmienna 150g	
duszonej cukinia 120g		duszonej cukinia 120g		duszonej cukinia 120g		duszonej cukinia 120g		duszonej cukinia 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	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1
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 młodej marchewki z natką pietruszki 30g		ogórek zielony 30g		pasta z młodej marchewki z natką pietruszki 30g		pasta z młodej marchewki z natką pietruszki 30g	
sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
ser żółty 60g	7	ser żółty odtłuszczony 80g	7	ser żółty 60g	7	ser żółty 80g	7	ser żółty odtłuszczony 80g	7
naleśnik z farszem warzywnym z tuńczykiem (tuńczyk z wody, marchew, cukinia, pietruszka, seler, (mąka pszenna 50g, jaja, mleko 1,5%, olej rzepakowy)) 150g	1,3,7,9	naleśnik z farszem warzywnym z tuńczykiem (tuńczyk z wody, marchew, cukinia, pietruszka, seler, (mąka pszenna 50g, jaja, mleko 1,5%, olej rzepakowy)) 150g	1,3,7,9	naleśnik z farszem warzywnym z tuńczykiem (tuńczyk z wody, marchew, cukinia, pietruszka, seler, (mąka pszenna 50g, jaja, mleko 1,5%, olej rzepakowy)) 150g	1,3,7,9	naleśnik z farszem warzywnym z tuńczykiem (tuńczyk z wody, marchew, cukinia, pietruszka, seler, (mąka pszenna 50g, jaja, mleko 1,5%, olej rzepakowy)) 150g	1,3,7,9	naleśnik z farszem warzywnym z tuńczykiem (tuńczyk z wody, marchew, cukinia, pietruszka, seler, (mąka pszenna 50g, jaja, mleko 1,5%, olej rzepakowy)) 150g	1,3,7,9
kefir 150ml	7	kefir 150ml	7	kefir 150ml	7	kefir 150ml	7	kefir 150ml	7
2246		2220		2229		2308		2280	
132,6		132,6		134,3		140,4		135,7	
58,8		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		50,1	
25,9		25,7		42,3		27,7		37,4	
2591,8		2498,9		2755,7		1840,4		2676	

energia (kcal)	2246
białko (g)	132,6
węglowodany (g)	58,8
lipidy (g)	30,2
węglowodany (g)	301,2
białko (g)	50,2
energia (kcal)	25,9
energia (kcal)	2591,8

WTOREK 12.11.2024

JADŁOSPIS EuroMediCare

PODSTAWOWA	ALBIRGNY	LATWOSTRAWNA	ALBIRGNY	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALBIRGNY	BOGATOBIAŁKOWA	ALBIRGNY	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALBIRGNY
herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1
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 połówki 30g		oliwki czarne połówki 30g		oliwki czarne połówki 30g		oliwki czarne połówki 30g		burak pieczony plastry 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 włoskimi 60g	7	serek grani z ziołami włoskimi 60g	7	serek grani z ziołami włoskimi 80g	7	serek grani z ziołami włoskimi 60g	7
pastą z białej fasoli 80g		pastą z białej fasoli 80g		pastą z białej fasoli 80g		pastą z białej fasoli 80g		pastą z białej fasoli 80g	
				jabłko 150g		jabłko 150g			
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
eskalopki drobiowe duszone w sosie własnym (kurczak filet z piersi, mąka pszenna, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, olej rzepakowy, ziota, sól) 250g	1.9	eskalopki drobiowe duszone w sosie własnym (kurczak filet z piersi, mąka pszenna, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, olej rzepakowy, ziota, sól) 250g	1.9	eskalopki drobiowe duszone w sosie własnym (kurczak filet z piersi, mąka pszenna, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, olej rzepakowy, ziota, sól) 250g	1.9	eskalopki drobiowe duszone w sosie własnym (kurczak filet z piersi, mąka pszenna, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, olej rzepakowy, ziota, sól) 250g	1.9	eskalopki drobiowe duszone w sosie własnym (kurczak filet z piersi, mąka pszenna, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, olej rzepakowy, ziota, sól) 250g	1.9
puree z ziemniaka 200g		puree z ziemniaka 200g		puree z ziemniaka 200g		puree z ziemniaka 200g		puree z ziemniaka 200g	
surówka z kapusty pekińskiej 120g		burak tarty 120g		surówka z kapusty pekińskiej 120g		burak tarty 120g		burak 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	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1
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		pastą z pieczonej dynii i marchewki 30g		ogórek zielony 30g		pastą z pieczonej dynii i marchewki 30g		pastą z pieczonej dynii i marchewki 30g	
roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g	
mozzarella kulki z pastą pietruszkowa 100g (80g, 20g)	7	mozzarella kulki z pastą pietruszkowa 100g (80g, 20g)	7	mozzarella kulki z pastą pietruszkowa 100g (80g, 20g)	7	mozzarella kulki z pastą pietruszkowa 100g (80g, 20g)	7	mozzarella kulki z pastą pietruszkowa 100g (80g, 20g)	7
połędwica sopocka 60g		połędwica sopocka 60g		połędwica sopocka 60g		połędwica sopocka 80g		połędwica sopocka 60g	
jogurt naturalny 150ml	7	jogurt naturalny 150ml	7	jogurt naturalny 150ml	7	jogurt naturalny 150ml	7	jogurt naturalny 150ml	7
herbata czarna 2 109		herbata czarna 2 189		herbata czarna 2 288		herbata czarna 2 299		herbata czarna 2 229	
pieczywo 106,5		pieczywo 106,1		pieczywo 108,3		pieczywo 114,2		pieczywo 106,4	
masło extra 60,4		masło extra 60,7		masło extra 74,6		masło extra 73,2		masło extra 70,1	
pomidor 21,8		pomidor 21,6		pomidor 24,4		pomidor 24,6		pomidor 21,8	
oliwki czarne połówki 200,7		oliwki czarne połówki 206,1		oliwki czarne połówki 221,4		oliwki czarne połówki 208		oliwki czarne połówki 212,9	
sałata zielona 49		sałata zielona 50		sałata zielona 41,4		sałata zielona 56,7		sałata zielona 51,8	
serek grani 33,1		serek grani 32		serek grani 30,9		serek grani 37,3		serek grani 45,4	
pastą z białej fasoli 2900,8		pastą z białej fasoli 3040,5		pastą z białej fasoli 3169,7		pastą z białej fasoli 2203,8		pastą z białej fasoli 4026,1	

herbata czarna	2 109
pieczywo	106,5
masło extra	60,4
pomidor	21,8
oliwki czarne połówki	200,7
sałata zielona	49
serek grani	33,1
pastą z białej fasoli	2900,8

ŚRODA 13.11.2024

JADŁOSPIS EuroMediCare



PODSTAWOWA	ALERGENY	LATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIAŁKOWA	ALERGENY	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUZZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY																																																																																
herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml																																																																																	
pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1																																																																																
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 60g		ogórek kiszony bez skórki 60g		ogórek kiszony 60g		ogórek kiszony bez skórki 60g		ogórek kiszony bez skórki 60g																																																																																	
sałata zielona 20g		sałata zielona 20g		sałata zielona 20g		sałata zielona 20g		sałata zielona 20g																																																																																	
fritata z pieca (jaja, cukinia) 150g	3	fritata z pieca (jaja, cukinia) 150g	3	fritata z pieca (jaja, cukinia) 150g	3	fritata z pieca (jaja, cukinia) 150g	3	fritata z pieca (jaja, cukinia) 150g	3																																																																																
kiełbasa wiejska z wody 60g		kiełbasa wiejska z wody 60g		kiełbasa wiejska z wody 60g		kiełbasa wiejska z wody 60g		kiełbasa wiejska z wody 60g																																																																																	
				sok pomidorowy 200ml		sok pomidorowy 200ml																																																																																			
zupa jarzynowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g, kalafior 100g, brokuł 50g, marchew 50g) 300g	9	zupa jarzynowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g, kalafior 100g, brokuł 50g, marchew 50g) 300g	9	zupa jarzynowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g, kalafior 100g, brokuł 50g, marchew 50g) 300g	9	zupa jarzynowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g, kalafior 100g, brokuł 50g, marchew 50g) 300g	9	zupa jarzynowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g, kalafior 100g, brokuł 50g, marchew 50g) 300g	9																																																																																
pierogi ruskie gotowane (mąka pszenna 70g, jaja 30g, olej rzepakowy 5g, ziemniaki 50g, twaróg 50g) 250g (6szt.)	1.3,7	pierogi ruskie gotowane (mąka pszenna 70g, jaja 30g, olej rzepakowy 5g, ziemniaki 50g, twaróg 50g) 250g (6szt.)	1.3,7	pierogi ruskie gotowane (mąka pszenna 70g, jaja 30g, olej rzepakowy 5g, ziemniaki 50g, twaróg 50g) 250g (6szt.)	1.3,7	pierogi ruskie gotowane (mąka pszenna 70g, jaja 30g, olej rzepakowy 5g, ziemniaki 50g, twaróg 50g) 250g (6szt.)	1.3,7	pierogi ruskie gotowane (mąka pszenna 70g, jaja 30g, olej rzepakowy 5g, ziemniaki 50g, twaróg 50g) 250g (6szt.)	1.3,7																																																																																
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	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1																																																																																
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		ogórek kiszony bez skórki 60g																																																																																	
sałata zielona 20g		sałata zielona 20g		sałata zielona 20g		sałata zielona 20g		sałata zielona 20g																																																																																	
pastą twarogową ze szprotką z wody ze słodką papryką 90g	4,7	pastą twarogową ze szprotką z wody ze słodką papryką 90g	4,7	pastą twarogową ze szprotką z wody ze słodką papryką 90g	4,7	pastą twarogową ze szprotką z wody ze słodką papryką 90g	4,7	pastą twarogową ze szprotką z wody ze słodką papryką 90g	4,7																																																																																
szynka drobiowa kanapkowa 80g		szynka drobiowa kanapkowa 80g		szynka drobiowa kanapkowa 80g		szynka drobiowa kanapkowa 80g		szynka drobiowa kanapkowa 80g																																																																																	
maślanka 200g	7	maślanka 200g	7	maślanka 200g	7	maślanka 200g	7	maślanka 200g	7																																																																																
<table border="1"> <tr><td>maślanka (litry)</td><td>2207</td></tr> <tr><td>czekolada</td><td>124,1</td></tr> <tr><td>masło extra</td><td>66,8</td></tr> <tr><td>masło (masło ciekłe) (litry)</td><td>28,7</td></tr> <tr><td>masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)</td><td>315,9</td></tr> <tr><td>masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)</td><td>54,9</td></tr> <tr><td>masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)</td><td>34,9</td></tr> <tr><td>masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)</td><td>2800,1</td></tr> </table>		maślanka (litry)	2207	czekolada	124,1	masło extra	66,8	masło (masło ciekłe) (litry)	28,7	masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	315,9	masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	54,9	masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	34,9	masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	2800,1	<table border="1"> <tr><td>maślanka (litry)</td><td>2241</td></tr> <tr><td>czekolada</td><td>124,1</td></tr> <tr><td>masło extra</td><td>66,4</td></tr> <tr><td>masło (masło ciekłe) (litry)</td><td>28,8</td></tr> <tr><td>masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)</td><td>316,5</td></tr> <tr><td>masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)</td><td>55,9</td></tr> <tr><td>masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)</td><td>34,7</td></tr> <tr><td>masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)</td><td>2800,2</td></tr> </table>		maślanka (litry)	2241	czekolada	124,1	masło extra	66,4	masło (masło ciekłe) (litry)	28,8	masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	316,5	masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	55,9	masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	34,7	masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	2800,2	<table border="1"> <tr><td>maślanka (litry)</td><td>2311</td></tr> <tr><td>czekolada</td><td>128,9</td></tr> <tr><td>masło extra</td><td>71,9</td></tr> <tr><td>masło (masło ciekłe) (litry)</td><td>27,4</td></tr> <tr><td>masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)</td><td>327,1</td></tr> <tr><td>masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)</td><td>56,1</td></tr> <tr><td>masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)</td><td>51,9</td></tr> <tr><td>masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)</td><td>2800,2</td></tr> </table>		maślanka (litry)	2311	czekolada	128,9	masło extra	71,9	masło (masło ciekłe) (litry)	27,4	masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	327,1	masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	56,1	masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	51,9	masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	2800,2	<table border="1"> <tr><td>maślanka (litry)</td><td>2304</td></tr> <tr><td>czekolada</td><td>133,5</td></tr> <tr><td>masło extra</td><td>70,9</td></tr> <tr><td>masło (masło ciekłe) (litry)</td><td>28</td></tr> <tr><td>masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)</td><td>312,8</td></tr> <tr><td>masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)</td><td>44,2</td></tr> <tr><td>masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)</td><td>37,4</td></tr> <tr><td>masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)</td><td>1960,2</td></tr> </table>		maślanka (litry)	2304	czekolada	133,5	masło extra	70,9	masło (masło ciekłe) (litry)	28	masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	312,8	masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	44,2	masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	37,4	masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	1960,2	<table border="1"> <tr><td>maślanka (litry)</td><td>2292</td></tr> <tr><td>czekolada</td><td>127,2</td></tr> <tr><td>masło extra</td><td>67,8</td></tr> <tr><td>masło (masło ciekłe) (litry)</td><td>28,8</td></tr> <tr><td>masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)</td><td>328,4</td></tr> <tr><td>masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)</td><td>50,8</td></tr> <tr><td>masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)</td><td>46,6</td></tr> <tr><td>masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)</td><td>2884,3</td></tr> </table>		maślanka (litry)	2292	czekolada	127,2	masło extra	67,8	masło (masło ciekłe) (litry)	28,8	masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	328,4	masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	50,8	masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	46,6	masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	2884,3
maślanka (litry)	2207																																																																																								
czekolada	124,1																																																																																								
masło extra	66,8																																																																																								
masło (masło ciekłe) (litry)	28,7																																																																																								
masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	315,9																																																																																								
masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	54,9																																																																																								
masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	34,9																																																																																								
masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	2800,1																																																																																								
maślanka (litry)	2241																																																																																								
czekolada	124,1																																																																																								
masło extra	66,4																																																																																								
masło (masło ciekłe) (litry)	28,8																																																																																								
masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	316,5																																																																																								
masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	55,9																																																																																								
masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	34,7																																																																																								
masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	2800,2																																																																																								
maślanka (litry)	2311																																																																																								
czekolada	128,9																																																																																								
masło extra	71,9																																																																																								
masło (masło ciekłe) (litry)	27,4																																																																																								
masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	327,1																																																																																								
masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	56,1																																																																																								
masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	51,9																																																																																								
masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	2800,2																																																																																								
maślanka (litry)	2304																																																																																								
czekolada	133,5																																																																																								
masło extra	70,9																																																																																								
masło (masło ciekłe) (litry)	28																																																																																								
masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	312,8																																																																																								
masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	44,2																																																																																								
masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	37,4																																																																																								
masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	1960,2																																																																																								
maślanka (litry)	2292																																																																																								
czekolada	127,2																																																																																								
masło extra	67,8																																																																																								
masło (masło ciekłe) (litry)	28,8																																																																																								
masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	328,4																																																																																								
masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	50,8																																																																																								
masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	46,6																																																																																								
masło (masło ciekłe) (masło ciekłe) (g)	2884,3																																																																																								

CZWARTEK 14.11.2024

JADŁOSPIS EuroMediCare



PODSTAWOWA	ALBUMY	LATWOSTRAWNA	ALBUMY	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALBUMY	BOGATOBIAŁKOWA	ALBUMY	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUŻAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALBUMY
herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1
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	
sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
mozzarella kulki 80g	7	mozzarella kulki 80g	7	mozzarella kulki 80g	7	mozzarella kulki 80g	7	mozzarella kulki 80g	7
złocisty kurczak - plasty kurczaka gotowanego 60g		złocisty kurczak - plasty kurczaka gotowanego 60g		złocisty kurczak - plasty kurczaka gotowanego 60g		złocisty kurczak - plasty kurczaka gotowanego 80g		złocisty kurczak - plasty kurczaka gotowanego 60g	
gruska 150g		gruska 150g		gruska 150g		gruska 150g		gruska 150g	
zupa z białych warzyw (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 50g, pietruszka 50g, seler 20g, pietruszka nać) 300g	9	zupa z białych warzyw (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 50g, pietruszka 50g, seler 20g, pietruszka nać) 300g	9	zupa z białych warzyw (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 50g, pietruszka 50g, seler 20g, pietruszka nać) 300g	9	zupa z białych warzyw (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 50g, pietruszka 50g, seler 20g, pietruszka nać) 300g	9	zupa z białych warzyw (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 50g, pietruszka 50g, seler 20g, pietruszka nać) 300g	9
połędwiczki drobiowe duszone w sosie makaron penne 150g	9	połędwiczki drobiowe duszone w sosie makaron penne 150g	9	połędwiczki drobiowe duszone w sosie makaron razowy penne 150g	9	połędwiczki drobiowe duszone w sosie makaron penne 150g	9	połędwiczki drobiowe duszone w sosie makaron penne 150g	9
surówka z białej kapusty z koperkiem 100g	1.3	cukinia duszona 100g	1.3	surówka z białej kapusty z koperkiem 100g	1.3	cukinia duszona 100g	1.3	cukinia duszona 100g	1.3
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	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1
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		pasta z buraka z zieloną pietruszką 30g		papryka zielona 30g		pasta z buraka z zieloną pietruszką 30g		pasta z buraka z zieloną pietruszką 30g	
sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
schab w galarecie (seler, pietruszka, marchew, kukurydza) 100g	9	schab w galarecie (seler, pietruszka, marchew, kukurydza) 100g	9	schab w galarecie (seler, pietruszka, marchew, kukurydza) 100g	9	schab w galarecie (seler, pietruszka, marchew, kukurydza) 100g	9	schab w galarecie (seler, pietruszka, marchew, kukurydza) 100g	9
serek kanapkowy ziółowy 60g	7	serek kanapkowy ziółowy 60g	7	serek kanapkowy ziółowy 60g	7	serek kanapkowy ziółowy 60g	7	serek kanapkowy ziółowy 60g	7
jogurt naturalny 100g	7	jogurt naturalny 100g	7	jogurt naturalny 100g	7	jogurt naturalny 100g	7	jogurt naturalny 100g	7
2137		2138		2208		2208		2155	
100,2		100,2		101,2		107,5		103,2	
53,4		54		56,8		58,6		55,5	
24,5		18,3		10,1		20,3		18,5	
320,1		320,7		341		327,3		328,1	
96,7		97,8		48,8		55,4		58,1	
28,1		27,8		47,6		51,5		39,4	
1871,7		2873,6		2138,9		626,5		3024,9	

PIĄTEK 15.11.2024

JADŁOSPIS EuroMediCare

leocaterina

PODSTAWOWA	ALB. (g)	LATWOSTRAWNA	ALB. (g)	Z OGRANICZENIEM LĄTWOPRYSZAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALB. (g)	BOGATOBIAŁKOWA	ALB. (g)	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUŻAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALB. (g)
herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml
pieczywo pszenno-żytnie	100g	1 pieczywo pszenne	100g	1 pieczywo pszenno-żytnie razowe	120g	1 pieczywo pszenno-żytnie	100g	1 pieczywo graham	120g
masto extra	10g	7 masto extra	10g	7 masto extra	10g	7 masto extra	10g	7 masto extra	10g
pomidor	60g	7 pomidor	60g	7 pomidor	60g	7 pomidor	60g	7 pomidor	60g
papryka żółta	30g	7 marchewka baby z wody	30g	7 papryka żółta	30g	7 marchewka baby z wody	30g	7 marchewka baby z wody	30g
sałata zielona	10g	7 sałata zielona	10g	7 sałata zielona	10g	7 sałata zielona	10g	7 sałata zielona	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
połędwica drobiowa	60g	7 połędwica drobiowa	60g	7 połędwica drobiowa	60g	7 połędwica drobiowa	80g	7 połędwica drobiowa	60g
				7 banan zielony	150g	7 banan	150g		
barszcz czerwony z ziemniakami (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, buraki, kwasek cytrynowy)	300g	9 barszcz czerwony z ziemniakami (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, buraki, kwasek cytrynowy)	300g	9 jarzynowa z ziemniakami (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	300g	9 barszcz czerwony z ziemniakami (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, buraki, kwasek cytrynowy)	300g	9 jarzynowa z ziemniakami (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	300g
pułpet rybny duszony w sosie warzywnym (dorsz 100g, cukinia 30g, marchew 20g, tymianek, oregano, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, olej rzepakowy)	150g	4.9 pułpet rybny duszony w sosie warzywnym (dorsz 100g, cukinia 30g, marchew 20g, tymianek, oregano, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, olej rzepakowy)	150g	4.9 pułpet rybny duszony w sosie warzywnym (dorsz 100g, cukinia 30g, marchew 20g, tymianek, oregano, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, olej rzepakowy)	150g	4.9 pułpet rybny duszony w sosie warzywnym (dorsz 100g, cukinia 30g, marchew 20g, tymianek, oregano, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, olej rzepakowy)	150g	4.9 pułpet rybny duszony w sosie warzywnym (dorsz 100g, cukinia 30g, marchew 20g, tymianek, oregano, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, olej rzepakowy)	150g
puree z ziemniaka i marchewki	200g (70:30)	7 puree z ziemniaka i marchewki	200g (70:30)	7 ziemniaki z wody	200g	7 puree z ziemniaka i marchewki	200g (70:30)	7 puree z ziemniaka i marchewki	200g (70:30)
surówka z kapusty pekińskiej	120g	7 buraczki	120g	7 surówka z kapusty pekińskiej	120g	7 surówka z kapusty pekińskiej	120g	7 buraczki	120g
herbata owocowa	250ml	7 herbata owocowa	250ml	7 herbata owocowa	250ml	7 herbata owocowa	250ml	7 herbata owocowa	250ml
herbata czarna	250ml	7 herbata czarna	250ml	7 herbata czarna	250ml	7 herbata czarna	250ml	7 herbata czarna	250ml
pieczywo pszenno-żytnie	100g	1 pieczywo pszenne	100g	1 pieczywo pszenno-żytnie razowe	120g	1 pieczywo pszenno-żytnie	100g	1 pieczywo graham	120g
masto extra	10g	7 masto extra	10g	7 masto extra	10g	7 masto extra	10g	7 masto extra	10g
pomidor	60g	7 pomidor	60g	7 pomidor	60g	7 pomidor	60g	7 pomidor	60g
ogórek zielony	30g	7 pasta z cukinii z kolendrą	30g	7 ogórek zielony	30g	7 pasta z cukinii z kolendrą	30g	7 pasta z cukinii z kolendrą	30g
sałata zielona	10g	7 sałata zielona	10g	7 sałata zielona	10g	7 sałata zielona	10g	7 sałata zielona	10g
serek homogenizowany śmietankowy	130g	7 serek homogenizowany śmietankowy	130g	7 serek homogenizowany śmietankowy	130g	7 serek homogenizowany śmietankowy	130g	7 serek homogenizowany śmietankowy	130g
pieczeń rzymska	60g	3 pieczeń rzymska	60g	3 pieczeń rzymska	60g	3 pieczeń rzymska	60g	3 pieczeń rzymska	60g
kefir	150g	7 kefir	150g	7 kefir	150g	7 kefir	150g	7 kefir	150g
energia (kcal)	2112	2104	2246	2209	2141				
czekolada	107,8	107,7	110	117,1	110,8				
ciasto (ciasto)	68,3	68,7	74,3	74,1	70,1				
ciasto (ciasto) (ciasto)	25,4	25,2	26,1	26,4	25,5				
ciasto (ciasto) (ciasto)	274,3	277	306,1	292,3	285,7				
ciasto (ciasto) (ciasto)	51,7	51,9	54	57,7	51,8				
ciasto (ciasto) (ciasto)	26,46	25,9	43,3	29,2	37,6				
ciasto	3288,8	4 137,58	3 276,88	2517,8	4091,1				

SOBOTA 16.11.2024

JADŁOSPIS EuroMediCare

locaterino

PODSTAWOWA	ALBIRGENT	LATWOSTRAWNA	ALBIRGENT	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALBIRGENT	BOGATOBIALKOWA	ALBIRGENT	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALBIRGENT		
kakao (mleko 1,5%, kakao proszek)	200ml	7	kakao (mleko 1,5%, kakao proszek)	200ml	7	kakao (mleko 1,5%, kakao proszek)	200ml	7	inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml	7
herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe	120g	1	pieczywo graham	120g	1
masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
czarne oliwki połówki	30g		czarne oliwki połówki	30g		czarne oliwki połówki	30g		cukinia pieczona w plastrach	30g	
sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
serek kanapkowy śmietankowy	80g	7	serek kanapkowy śmietankowy	80g	7	serek kanapkowy śmietankowy	80g	7	serek kanapkowy śmietankowy	80g	7
szynka wieprzowa z kotta	60g		szynka wieprzowa z kotta	60g		szynka wieprzowa z kotta	60g		szynka wieprzowa z kotta	60g	
chłatka	100g	1.3,7	chłatka	100g	1.3,7	chłatka pełnoziarnista b/c	100g	1.3,7	chłatka	100g	1.3,7
koperkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g, koper)	300g	9	koperkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g, koper)	300g	9	koperkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g, koper)	300g	9	koperkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g, koper)	300g	9
wegański klops duszony w sosie z warzyw (ziemniaki, marchew, kalafior, fasolka szparagowa, tofu naturalne, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	200g	6,9	wegański klops duszony w sosie z warzyw (ziemniaki, marchew, kalafior, fasolka szparagowa, tofu naturalne, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	200g	6,9	wegański klops duszony w sosie z warzyw (ziemniaki, marchew, kalafior, fasolka szparagowa, tofu naturalne, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	200g	6,9	wegański klops duszony w sosie z warzyw (ziemniaki, marchew, kalafior, fasolka szparagowa, tofu naturalne, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	200g	6,9
brązowy ryż jaśminowy	150g		ryż jaśminowy	150g		brązowy ryż jaśminowy	150g		ryż jaśminowy	150g	
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	1	pieczywo pszenne	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe	120g	1	pieczywo graham	120g	1
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 żółta	30g		plastry gotowanej marchewki	30g		papryka żółta	30g		plastry gotowanej marchewki	30g	
rukola	10g		rukola	10g		rukola	10g		rukola	10g	
ser typu włoskiego plastry z czarną tapenadą (pasta z czarnych oliwek)	80g (60g, 20g)	7	ser typu włoskiego plastry z czarną tapenadą (pasta z czarnych oliwek)	80g (60g, 20g)	7	ser typu włoskiego plastry z czarną tapenadą (pasta z czarnych oliwek)	80g (60g, 20g)	7	ser typu włoskiego plastry	80g (60g, 20g)	7
pasta z tuńczyka z koperkiem na odtłuszczonym majonezie	60g	3,4,7	pasta z tuńczyka z koperkiem na odtłuszczonym majonezie	60g	3,4,7	pasta z tuńczyka z koperkiem na odtłuszczonym majonezie	60g	3,4,7	pasta z tuńczyka z koperkiem na odtłuszczonym majonezie	60g	3,4,7
maślanka	200ml	7	maślanka	200ml	7	maślanka	200ml	7	maślanka	200ml	7
Energia (kJ/kcal)	2196		2180		2210		2216		2226		
Białko (g)	97,2		97,2		94,4		100,5		100,3		
Tłuszcz ogółem (g)	57		57,6		58,9		57,7		58,9		
Węglowod. przyswajalne (g)	18,8		18,7		18,8		18,1		18,3		
Węglowod. ogółem (g)	329,6		330,2		344,6		329,9		340,4		
Węglowod. rozpuszczone (g)	58,5		59,5		52,3		58,5		59,8		
Węglowod. stałe (g)	30,9		30,6		45,3		30,9		41,5		
Sól	2296		2321,1		3392,8		2473,5		3358,9		

NIEDZIELA 17.11.2024

JADŁOSPIS EuroMediCare

locaterino

PODSTAWOWA	ALBIRNY	LATWOSTRAWNA	ALBIRNY	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALBIRNY	BOGATOBIAŁKOWA	ALBIRNY	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUŻAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁADKOWEGO	ALBIRNY	
inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml	1.7 inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml	1.7 inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml	1.7 inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml	1.7 inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto))	200ml	1.7
herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	
pieczywo pszenno-żytnie	100g	1 pieczywo pszenne	100g	1 pieczywo pszenno-żytnie razowe	120g	1 pieczywo pszenno-żytnie	100g	1 pieczywo graham	120g	1
masło extra	10g	7 masło extra	10g	7 masło extra	10g	7 masło extra	10g	7 masło extra	10g	7
pomidor	60g	60g	60g	60g	60g	60g	60g	60g	60g	
ogórek zielony	30g	plastry buraka gotowanego z pietruszką	30g	ogórek zielony	30g	plastry buraka gotowanego z pietruszką	30g	plastry buraka gotowanego z pietruszką	30g	
sałata zielona	10g	sałata zielona	10g	sałata zielona	10g	sałata zielona	10g	sałata zielona	10g	
białka parówkowa z wody	60g	białka parówkowa z wody	60g	białka parówkowa z wody	60g	białka parówkowa z wody	60g	białka parówkowa z wody	60g	
jaja na twardo ze słodkim paprykowym sosem jogurtowym	150g (100g,50g)	3.7 jaja na miękko ze słodkim paprykowym sosem jogurtowym	150g (100g,50g)	3.7 jaja na twardo ze słodkim paprykowym sosem jogurtowym	150g (100g,50g)	3.7 jaja na miękko ze słodkim paprykowym sosem jogurtowym	150g (100g,50g)	3.7 jaja na miękko z sosem jogurtowym	150g (100g,50g)	3.7
ciasto drożdżowe	100g	1.7 ciasto drożdżowe	100g	1.7 ciasto drożdżowe b/c	100g	1.7 ciasto drożdżowe	150g	1.7 ciasto drożdżowe	100g	1.7
rosół (bulion mięsny (mięso drobiowe i wołowe, woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,) z makaronem pszennym 150g	300g	9.1 rosół (bulion mięsny (mięso drobiowe i wołowe, woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,) z makaronem pszennym 150g	300g	9.1 rosół (bulion mięsny (mięso drobiowe i wołowe, woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,) z makaronem ryżowym 150g	300g	9.1 rosół (bulion mięsny (mięso drobiowe i wołowe, woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,) z makaronem pszennym 150g	300g	9.1 bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń), z makaronem pszennym 150g	300g	9.1
zraz wołowy w sosie kremowym	200g	1.9 zraz wołowy w sosie kremowym	200g	1.9 zraz wołowy w sosie kremowym	200g	1.9 zraz wołowy w sosie kremowym	200g	1.9 zraz wołowy w sosie kremowym	200g	1.9
puree ziemniaki i seler z rozmarynem	200g (70:30)	9 puree ziemniaki i seler z rozmarynem	200g (70:30)	9 ziemniaki z wody	200g	9 puree ziemniaki i seler z rozmarynem	200g (70:30)	9 puree ziemniaki i seler z rozmarynem	200g (70:30)	9
tarta marchewka z jabłkiem	120g	tarta marchewka z jabłkiem	120g	tarta marchewka z jabłkiem	120g	tarta marchewka z jabłkiem	120g	tarta marchewka z jabłkiem	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	1 pieczywo pszenne	100g	1 pieczywo pszenno-żytnie razowe	120g	1 pieczywo pszenno-żytnie	100g	1 pieczywo graham	120g	1
masło extra	10g	7 masło extra	10g	7 masło extra	10g	7 masło extra	10g	7 masło extra	10g	7
pomidor	60g	60g	60g	60g	60g	60g	60g	60g	60g	
papryka żółta	30g	30g	30g	30g	30g	30g	30g	30g	30g	
sałata zielona	10g	10g	10g	10g	10g	10g	10g	10g	10g	
serek grani z rozmarynem	60g	7 serek grani z rozmarynem	60g	7 serek grani z rozmarynem	60g	7 serek grani z rozmarynem	60g	7 serek grani z rozmarynem	60g	7
wegańskie plastry kanapkowe	60g	6 wegańskie plastry kanapkowe	60g	6 wegańskie plastry kanapkowe	60g	6 wegańskie plastry kanapkowe	60g	6 wegańskie plastry kanapkowe	60g	6
jogurt naturalny	150ml	7 jogurt naturalny	150ml	7 jogurt naturalny	150ml	7 jogurt naturalny	150ml	7 jogurt naturalny	150ml	7
energia (kcal)	2007	2046	2000	2110	2096					
białki (g)	105,8	105,8	103	111,2	106,7					
węglowod. ogółem (g)	62,4	62,9	66,3	64,3	66,2					
węglowod. cukrowe (g)	24,8	24,5	24,6	24,8	24,7					
węglowod. ogółem (g)	276	275,5	291	277,5	287,3					
energia (kcal)	56,9	47,2	51,7	57,4	58,7					
energia (kcal)	26,2	25,6	40,8	26,7	27,4					
OGÓŁEM	1198,8	2074,3	2203,6	1988	2252,4					

PONIEDZIAŁEK 18.11.2024

JADŁOSPIS EuroMediCare

PODSTAWOWA	ALBIRGEM	LATWOSTRAWNA	ALBIRGEM	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALBIRGEM	BOGATOBIAŁKOWA	ALBIRGEM	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUŻAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALBIRGEM
herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml
pieczywo pszenno-żytnie	100g	1 pieczywo pszenne	100g	1 pieczywo pszenno-żytnie razowe	120g	1 pieczywo pszenno-żytnie	100g	1 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	7 oliwki czarne połówki	30g	7 ogórek zielony	30g	7 oliwki czarne połówki	30g	7 oliwki czarne połówki	30g
sałata zielona	10g	7 sałata zielona	10g	7 sałata zielona	10g	7 sałata zielona	10g	7 sałata zielona	10g
ser żółty	60g	7 ser żółty odtuszczoney	60g	7 ser żółty	60g	7 ser żółty	60g	7 ser żółty odtuszczoney	60g
szynka wieprzowa gotowana	60g	7 szynka wieprzowa gotowana	60g	7 szynka wieprzowa gotowana	60g	7 szynka wieprzowa gotowana	60g	7 szynka wieprzowa gotowana	60g
mandarynka				mandarynka	100g	mandarynka	100g		
krem z zielonych warzyw (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia 100g, brokuł 100g, ziemniaki 50g, seler, nać)	300g	9 krem z zielonych warzyw (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia 100g, brokuł 100g, ziemniaki 50g, seler, nać)	300g	9 krem z zielonych warzyw (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia 100g, brokuł 100g, ziemniaki 50g, seler, nać)	300g	9 krem z zielonych warzyw (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia 100g, brokuł 100g, ziemniaki 50g, seler, nać)	300g	9 krem z zielonych warzyw (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia 100g, brokuł 100g, ziemniaki 50g, seler, nać)	300g
gulasz z indyka duszony w sosie własnym (mięso z udźca indyka, olej, oregano, liść laurowy, ziele angielskie, sos sojowy, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna)	200g	1, 6,9 gulasz z indyka duszony w sosie własnym (mięso z udźca indyka, olej, oregano, liść laurowy, ziele angielskie, sos sojowy, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna)	200g	1, 6,9 gulasz z indyka duszony w sosie własnym (mięso z udźca indyka, olej, oregano, liść laurowy, ziele angielskie, sos sojowy, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna)	200g	1, 6,9 gulasz z indyka duszony w sosie własnym (mięso z udźca indyka, olej, oregano, liść laurowy, ziele angielskie, sos sojowy, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna)	200g	1, 6,9 gulasz z indyka duszony w sosie własnym (mięso z udźca indyka, olej, oregano, liść laurowy, ziele angielskie, sos sojowy, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna)	200g
kasza pęczak	150g	kasza jęczmienna	150g	kasza pęczak	150g	kasza pęczak	150g	kasza jęczmienna	150g
surówka z czerwonej kapusty	120g	marchewka baby z wody	120g	surówka z czerwonej kapusty	120g	marchewka baby z wody	120g	marchewka baby 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	1 pieczywo pszenne	100g	1 pieczywo pszenno-żytnie razowe	120g	1 pieczywo pszenno-żytnie	100g	1 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
papryka żółta	30g	7 pasta z cukinii z tymiankiem	30g	7 papryka żółta	30g	7 pasta z cukinii z tymiankiem	30g	7 pasta z cukinii z tymiankiem	30g
sałata zielona	10g	7 sałata zielona	10g	7 sałata zielona	10g	7 sałata zielona	10g	7 sałata zielona	10g
pasta z szynki drobiowej	80g	7 pasta z szynki drobiowej	80g	7 pasta z szynki drobiowej	80g	7 pasta z szynki drobiowej	80g	7 pasta z szynki drobiowej	80g
twaróg półtłusty plastry	60g	7 twaróg półtłusty plastry	60g	7 twaróg półtłusty plastry	60g	7 twaróg półtłusty plastry	60g	7 twaróg półtłusty plastry	60g
kefir	200g	7 kefir	200g	7 kefir	200g	7 kefir	200g	7 kefir	200g
energia (kcal)	2191		2136		2244		2291		2220
białko (g)	113,2		113		114,8		120,9		116,1
węglowodany (g)	460,7		78,1		75,5		74,2		71,5
energia (kcal) (bez cukru i alkoholu)	34,9		34,7		35,5		35,7		35
energia (kcal) (bez cukru i alkoholu i soli)	280,9		281,8		290,4		279,5		282,3
energia (kcal) (bez cukru i alkoholu i soli i tłuszczu)	59,9		55,9		55,7		59,5		59,8
energia (kcal)	27,4		28,6		43,7		28,6		38,5
100	2828,9		3798,5		2 998,38		2100,8		3915,1

energia (kcal)	2191
białko (g)	113,2
węglowodany (g)	460,7
energia (kcal) (bez cukru i alkoholu)	34,9
energia (kcal) (bez cukru i alkoholu i soli)	280,9
energia (kcal) (bez cukru i alkoholu i soli i tłuszczu)	59,9
energia (kcal)	27,4
100	2828,9

WTOREK 19.11.2024

JADŁOSPIS EuroMediCare

catering

PODSTAWOWA	ALERGENY	LATWOŚTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM LATWOŚTRAWIAJĄCYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA	ALERGENY	LATWOŚTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUŻAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY
herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1
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 buraczkowy 60g	6,11	hummus buraczkowy 60g	6,11	hummus buraczkowy 60g	6,11	hummus buraczkowy 60g	6,11	hummus buraczkowy 60g	6,11
ser caprese 80g	7	ser caprese 80g	7	ser caprese 80g	7	ser caprese 80g	7	ser caprese 80g	7
				jabłko 150g		jabłko 150g			
selerowa z makaronem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, seler 100g, pietruszka, koper, makaron pszenny 150g) 300g	1,3,9	selerowa z makaronem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, seler 100g, pietruszka, koper, makaron pszenny 150g) 300g	1,3,9	selerowa z makaronem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, seler 100g, pietruszka, koper, makaron pszenny razowy 150g) 300g	1,3,9	selerowa z makaronem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, seler 100g, pietruszka, koper, makaron pszenny 150g) 300g	1,3,9	selerowa z makaronem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, seler 100g, pietruszka, koper, makaron pszenny 150g) 300g	1,3,9
duszona polędwica wieprzowa w sosie z warzywami (wieprzowina, cukinia, pietruszka, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 250g	9	duszona polędwica wieprzowa w sosie z warzywami (wieprzowina, cukinia, pietruszka, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 250g	9	duszona polędwica wieprzowa w sosie z warzywami (wieprzowina, cukinia, pietruszka, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 250g	9	duszona polędwica wieprzowa w sosie z warzywami (wieprzowina, cukinia, pietruszka, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 250g	9	duszona polędwica wieprzowa w sosie z warzywami (wieprzowina, cukinia, pietruszka, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 250g	9
ziemniaki z wody 200g		ziemniaki z wody 200g		ziemniaki z wody 200g		ziemniaki z wody 200g		ziemniaki z wody 200g	
marchew tarta z zieloną pietruszką 100g		marchew tarta z zieloną pietruszką 100g		marchew tarta z zieloną pietruszką 100g		marchew tarta z zieloną pietruszką 100g		marchew tarta z zieloną pietruszką 100g	
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	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1
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 konserwowa 30g		pasta z cukinii 30g		papryka konserwowa 30g		pasta z cukinii 30g		pasta z cukinii 30g	
sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
serek kanapkowy z bazylią 80g	7	serek kanapkowy z bazylią 80g	7	serek kanapkowy z bazylią 80g	7	serek kanapkowy z bazylią 80g	7	serek kanapkowy z bazylią 80g	7
sałatka z ryżem, selerem, tuńczykiem z wody i ogórkiem kiszonym (majonez odtłuszczony, sól, pieprz) 250g	4,9	sałatka z ryżem, selerem, tuńczykiem z wody i ogórkiem kiszonym bez skórki (majonez odtłuszczony, sól, pieprz) 250g	4,9	sałatka z ryżem brązowym, selerem, tuńczykiem z wody i ogórkiem kiszonym (majonez odtłuszczony, sól, pieprz) 250g	4,9	sałatka z ryżem, selerem, tuńczykiem z wody i ogórkiem kiszonym (majonez odtłuszczony, sól, pieprz) 250g	4,9	sałatka z ryżem, selerem, tuńczykiem z wody i ogórkiem kiszonym bez skórki (majonez odtłuszczony, sól, pieprz) 250g	4,9
jogurt naturalny 100g	7	jogurt naturalny 100g	7	jogurt naturalny 100g	7	jogurt naturalny 100g	7	jogurt naturalny 100g	7
energia (kcal)	2262	2242	2242	2254	2254	2256	2256	2256	
białko (g)	115,1	115	115	118,9	118,9	121,6	121,6	118,4	
węglowodany (g)	65,6	69,2	69,2	71,9	71,9	70,3	70,3	67,6	
energia (kcal)	24,4	24,2	24,2	25	25	25,1	25,1	24,4	
energia (kcal)	310,4	310	310	312,1	312,1	313,9	313,9	312,1	
energia (kcal)	48	49	49	50,4	50,4	48,5	48,5	51,2	
energia (kcal)	30,3	30	30	48,1	48,1	33,9	33,9	41,4	
energia (kcal)	2207,6	2202,4	2202,4	2407,7	2407,7	1265,1	1265,1	2402,2	

SRODA 20.11.2024

JADŁOSPIS EuroMediCare



PODSTAWOWA	ALBIRGNY	LATWOSTRAWNA	ALBIRGNY	Z OGRANICZENIEM LATWOPRYSZAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALBIRGNY	BOGATOBIAŁKOWA	ALBIRGNY	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUŻAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALBIRGNY
herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml
pieczywo pszenno-żytnie	100g	1 pieczywo pszenne	100g	1 pieczywo pszenno-żytnie razowe	120g	1 pieczywo pszenno-żytnie	100g	1 pieczywo graham	120g
masto extra	10g	7 masto extra	10g	7 masto extra	10g	7 masto extra	10g	7 masto extra	10g
pomidor	60g	60g	60g	60g	60g	60g	60g	60g	60g
ogórek zielony	30g	marchew w plastekach gotowana	30g	ogórek zielony	30g	marchew w plastekach gotowana	30g	marchew w plastekach 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	60g	szynka wieprzowa gotowana	60g
jajko na twardo	60g	3 jajko na miękko	60g	3 jajko na twardo	60g	3 jajko na miękko	60g	3 jajko na miękko	60g

				jabłtko	150g	jabłtko	200g		
zupa kalafiorowa z ryżem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,marchew, pietruszka, seler, kalafior, ryż biały)	300g	9 zupa kalafiorowa z ryżem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,marchew, pietruszka, seler, kalafior, ryż biały)	300g	9 zupa kalafiorowa z ryżem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,marchew, pietruszka, seler, kalafior, ryż biały)	300g	9 zupa kalafiorowa z ryżem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,marchew, pietruszka, seler, kalafior, ryż biały)	300g	9 zupa kalafiorowa z ryżem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,marchew, pietruszka, seler, kalafior, ryż biały)	300g
gulasz drobiowy duszony z marchewką (filet z kurczaka, olej,bulion warzywny,passata pomidorowa, oregano, mąka pszenna, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	200g	1.9 gulasz drobiowy duszony z marchewką (filet z kurczaka, olej,bulion warzywny,passata pomidorowa, oregano, mąka pszenna, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	200g	1.9 gulasz drobiowy duszony z marchewką (filet z kurczaka, olej,bulion warzywny,passata pomidorowa, oregano, mąka pszenna, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	200g	1.9 gulasz drobiowy duszony z marchewką (filet z kurczaka, olej,bulion warzywny,passata pomidorowa, oregano, mąka pszenna, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	200g	1.9 gulasz drobiowy duszony z marchewką (filet z kurczaka, olej,bulion warzywny,passata pomidorowa, oregano, mąka pszenna, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	200g
kopytka (ziemniaki 70g, mąka pszenna 50g, olej rzepakowy, sól)	150g	1 kopytka (ziemniaki 70g, mąka pszenna 50g, olej rzepakowy, sól)	150g	1 kopytka (ziemniaki 70g, mąka pszenna razowa 50g, olej rzepakowy, sól)	150g	1 kopytka (ziemniaki 70g, mąka pszenna 50g, olej rzepakowy, sól)	150g	1 kopytka (ziemniaki 70g, mąka pszenna 50g, olej rzepakowy, sól)	150g
ogórek kiszony	120g	ogórek kiszony bez skórki	120g	ogórek kiszony	120g	ogórek kiszony bez skórki	120g	ogórek kiszony bez skórki	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	1 pieczywo pszenne	100g	1 pieczywo pszenno-żytnie razowe	120g	1 pieczywo pszenno-żytnie	100g	1 pieczywo graham	120g
masto extra	10g	7 masto extra	10g	7 masto extra	10g	7 masto extra	10g	7 masto extra	10g
pomidorki koktajlowe połówki	60g	60g	60g	60g	60g	60g	60g	60g	60g
papryka konserwowa czerwona	30g	30g	30g	30g	30g	30g	30g	30g	30g
sałata zielona	10g	sałata zielona	10g	sałata zielona	10g	sałata zielona	10g	sałata zielona	10g
pasta twarogowa z jogurtem naturalnym i pietruszką	80g	7 pasta twarogowa z jogurtem naturalnym i pietruszką	80g	7 pasta twarogowa z jogurtem naturalnym i pietruszką	80g	7 pasta twarogowa z jogurtem naturalnym i pietruszką	100g	7 pasta twarogowa z jogurtem naturalnym i pietruszką	80g
kiełbasa parówkowa z wody	60g	60g	60g	60g	60g	60g	80g	60g	60g
serek homogenizowany	130g	7 serek homogenizowany	130g	7 serek homogenizowany	130g	7 serek homogenizowany	130g	7 serek homogenizowany	130g

kaloria (kcal)	2249	2227	2290	2307	2296
białko (g)	117,7	117,9	118,3	125,7	118,4
węgiel (g)	65,9	66,1	71,8	70,5	67,1
żelazo (mg)	27	26,8	27,6	27,8	26,9
fosfor (mg)	392,2	393,9	313,8	388,6	397,2
potas (mg)	50,2	51,9	42,3	48,9	45,1
calcjusz (mg)	25,8	26,1	42,9	26,8	27,4
vit C (mg)	8025	8857,4	3123,2	2388,4	8971

CZWARTEK 21.11.2024

JADŁOSPIS EuroMediCare



ALERGENY	ALERGENY	ALERGENY	ALERGENY	ALERGENY	ALERGENY
PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM LATWOPRYSZAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	BOGATOBIALKOWA	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY
herbata czarna 250ml	herbata czarna 250ml	herbata czarna 250ml	herbata czarna 250ml	herbata czarna 250ml	herbata czarna 250ml
pieczywo pszenno-żytnie 100g	1 pieczywo pszenne 100g	1 pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1 pieczywo pszenno-żytnie 100g	1 pieczywo graham 120g	1
masło extra 10g	7 masło extra 10g	7 masło extra 10g	7 masło extra 10g	7 masło extra 10g	7
pomidor 60g	60g	60g	60g	60g	
rzodkiewka 30g	burak gotowany w plastrach z pietruszką zieloną 30g	rzodkiewka 30g	burak gotowany w plastrach z pietruszką zieloną 30g	burak gotowany w plastrach z pietruszką zieloną 30g	
kietki stonecznika 10g	kietki stonecznika 10g	kietki stonecznika 10g	kietki stonecznika 10g	kietki stonecznika 10g	
szynka kanapkowa drobiowa 80g	szynka kanapkowa drobiowa 80g	szynka kanapkowa drobiowa 80g	szynka kanapkowa drobiowa 80g	szynka kanapkowa drobiowa 80g	
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
		mandarynka 100g	mandarynka 100g		
zupa szpinakowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia 50g, marchew 50g, seler 20g, pietruszka, ziemniak 100g) 300g	9 zupa szpinakowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia 50g, marchew 50g, seler 20g, pietruszka, ziemniak 100g) 300g	9 zupa szpinakowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia 50g, marchew 50g, seler 20g, pietruszka, ziemniak 100g) 300g	9 zupa szpinakowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia 50g, marchew 50g, seler 20g, pietruszka, ziemniak 100g) 300g	9 zupa szpinakowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia 50g, marchew 50g, seler 20g, pietruszka, ziemniak 100g) 300g	9
pieczony kotlet drobiowy mielony w sosie ziołowym (jaja, mięso drobiowe, mąka pszenna) 200g (150g,50g)	1.3 pieczony kotlet drobiowy mielony w sosie ziołowym (jaja, mięso drobiowe, mąka pszenna) 200g (150g,50g)	1.3 pieczony kotlet drobiowy mielony w sosie ziołowym (jaja, mięso drobiowe, mąka pszenna razowa) 200g (150g,50g)	1.3 pieczony kotlet drobiowy mielony w sosie ziołowym (jaja, mięso drobiowe, mąka pszenna) 200g (150g,50g)	1.3 pieczony kotlet drobiowy mielony w sosie ziołowym (jaja, mięso drobiowe, mąka pszenna) 200g (150g,50g)	1.3
ryż basmati 150g	ryż basmati 150g	ryż basmati 150g	ryż basmati 150g	ryż basmati 150g	
biała kapusta z olejem rzepakowym 120g	marchewka baby gotowana 120g	biała kapusta z olejem rzepakowym 120g	marchewka baby gotowana 120g	marchewka baby gotowana 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	1 pieczywo pszenne 100g	1 pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1 pieczywo pszenno-żytnie 100g	1 pieczywo graham 120g	1
masło extra 10g	7 masło extra 10g	7 masło extra 10g	7 masło extra 10g	7 masło extra 10g	7
pomidor 60g	60g	60g	60g	60g	
ogórek 30g	30g	30g	30g	30g	
sałata frezyjska czerwona 10g	sałata frezyjska czerwona 10g	sałata frezyjska czerwona 10g	sałata frezyjska czerwona 10g	sałata frezyjska czerwona 10g	
sałatka makaronowa z serem typu włoskiego i cukinią (makaron rurki pszenny 100g, ser typu włoskiego, cukinia, sól, pieprz, zioła, olej rzepakowy) 200g	1.3,7 sałatka makaronowa z serem typu włoskiego i cukinią (makaron rurki pszenny 100g, ser typu włoskiego, cukinia, sól, pieprz, zioła, olej rzepakowy) 200g	1.3,7 sałatka makaronowa z serem typu włoskiego i cukinią (makaron rurki pszenny razowy 100g, ser typu włoskiego, cukinia, sól, pieprz, zioła, olej rzepakowy) 200g	1.3,7 sałatka makaronowa z serem typu włoskiego i cukinią (makaron rurki pszenny 100g, ser typu włoskiego, cukinia, sól, pieprz, zioła, olej rzepakowy) 200g	1.3,7 sałatka makaronowa z serem typu włoskiego i cukinią (makaron rurki pszenny 100g, ser typu włoskiego, cukinia, sól, pieprz, zioła, olej rzepakowy) 200g	1.3,7
kremowa pasta z łopatki z pietruszką (odtłuszczony majonez, łopatka pieczona, pietruszka) 100g (30g,60g,10g)	3 kremowa pasta z łopatki z pietruszką (odtłuszczony majonez, łopatka pieczona, pietruszka) 100g (30g,60g,10g)	3 kremowa pasta z łopatki z pietruszką (odtłuszczony majonez, łopatka pieczona, pietruszka) 100g (30g,60g,10g)	3 kremowa pasta z łopatki z pietruszką (odtłuszczony majonez, łopatka pieczona, pietruszka) 100g (30g,60g,10g)	3 kremowa pasta z łopatki z pietruszką (odtłuszczony majonez, łopatka pieczona, pietruszka) 100g (30g,60g,10g)	3
jogurt naturalny 150g	7 jogurt naturalny 150g	7 jogurt naturalny 150g	7 jogurt naturalny 150g	7 jogurt naturalny 150g	7
2188	2177	2246	2259	2227	
2188	2177	2246	2259	2227	
107,5	106,7	100,1	115,7	110,6	
74,3	74,9	80,1	70,1	76,2	
26,2	26,1	26,8	27,4	26,3	
276,5	280,6	291	276,8	291	
45,8	52,6	43,7	46,8	51,7	
28	29	44,3	29,7	39,6	
1750,9	1725,3	1918,6	830,9	2835,1	

szynka drobiowa	2188
herbata czarna	2177
pieczywo pszenno-żytnie	2246
masło extra	2259
pomidor	2227
ogórek	
sałata frezyjska czerwona	
sałatka makaronowa z serem typu włoskiego i cukinią (makaron rurki pszenny 100g, ser typu włoskiego, cukinia, sól, pieprz, zioła, olej rzepakowy)	
kremowa pasta z łopatki z pietruszką (odtłuszczony majonez, łopatka pieczona, pietruszka)	
jogurt naturalny	

PIĄTEK 22.11.2024		JADŁOSPIS EuroMediCare						catering	
PODSTAWOWA	ALBIRGEM	LATWOSTRAWNA	ALBIRGEM	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALBIRGEM	BOGATOBIALKOWA	ALBIRGEM	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUŻAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALBIRGEM
herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1
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		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 60g	7	serek wiejski z koperkiem 60g	7	serek wiejski z koperkiem 60g	7	serek wiejski z koperkiem 80g	7	serek wiejski z koperkiem 60g	7
połudwica drobiowa 60g		połudwica drobiowa 60g		połudwica drobiowa 60g		połudwica drobiowa 80g		połudwica drobiowa 60g	
				gruszka 150g		gruszka 150g			
zupa marchewkowa z kurkumą (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki, marchew ,seler, pietruszka, dynia) 300g	9	zupa marchewkowa z kurkumą (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki, marchew ,seler, pietruszka, dynia) 300g	9	zupa marchewkowa z kurkumą (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki, marchew ,seler, pietruszka, dynia) 300g	9	zupa marchewkowa z kurkumą (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki, marchew ,seler, pietruszka, dynia) 300g	9	zupa marchewkowa z kurkumą (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki, marchew ,seler, pietruszka, dynia) 300g	9
kotlet rybny pieczony w sosie koperkowym (miruna, mąka pszenna, jaja, koper, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 200g	1.3.4	kotlet rybny pieczony w sosie koperkowym (miruna, mąka pszenna, jaja, koper, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 200g	1.3.4	kotlet rybny pieczony w sosie koperkowym (miruna, mąka pszenna, jaja, koper, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 200g	1.3.4	kotlet rybny pieczony w sosie koperkowym (miruna, mąka pszenna, jaja, koper, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 200g	1.3.4	kotlet rybny pieczony w sosie koperkowym (miruna, mąka pszenna, jaja, koper, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 200g	1.3.4
puree z ziemniaka i kalafiora 200g		puree z ziemniaka i kalafiora 200g (70:30)		ziemniaki z wody 200g		puree z ziemniaka i kalafiora 200g (70:30)		puree z ziemniaka i kalafiora 200g (70:30)	
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	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1
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 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	
serek homogenizowany śmietankowy 130g	7	serek homogenizowany śmietankowy 130g	7	serek homogenizowany śmietankowy 130g	7	serek homogenizowany śmietankowy 130g	7	serek homogenizowany śmietankowy 130g	7
naleśnik z szynką kanapkową wieprzową, ser mozzarella (mąka pszenna 50g, jaja 60g, mozzarella, szynka wieprzowa gotowana, olej rzepakowy, sól, ziola) 150g	1.3.7	naleśnik z szynką kanapkową wieprzową, ser mozzarella (mąka pszenna 50g, jaja 60g, mozzarella, szynka wieprzowa gotowana, olej rzepakowy, sól, ziola) 150g	1.3.7	naleśnik z szynką kanapkową wieprzową, ser mozzarella (mąka pszenna razowa 50g, jaja 60g, mozzarella, szynka wieprzowa gotowana, olej rzepakowy, sól, ziola) 150g	1.3.7	naleśnik z szynką kanapkową wieprzową, ser mozzarella (mąka pszenna 50g, jaja 60g, mozzarella, szynka wieprzowa gotowana, olej rzepakowy, sól, ziola) 150g	1.3.7	naleśnik z szynką kanapkową wieprzową, ser mozzarella (mąka pszenna 50g, jaja 60g, mozzarella, szynka wieprzowa gotowana, olej rzepakowy, sól, ziola) 150g	1.3.7
maślanka 150ml	7	maślanka 150ml	7	maślanka 150ml	7	maślanka 150ml	7	maślanka 150ml	7
	2125		2130		2267		2298		2150
	107,7		108		110,4		110,9		110,7
	60,3		60,8		66,4		64,8		62,2
	25		24,9		25,8		26		25,1
	296,9		294,1		337,1		333		300,4
	42,9		50,7		48,5		54,8		54,2
	34		33,8		34,3		36,7		44,6
	2668,2		2620,6		2926,8		1851,8		2721,1

maślanka (Białe)	2125
maślanka (Złoty)	107,7
maślanka (Ciemny)	60,3
maślanka (Białe)	25
maślanka (Ciemny)	296,9
maślanka (Złoty)	42,9
maślanka (Białe)	34
maślanka (Ciemny)	2668,2

SOBOTA 23.11.2024

JADŁOSPIS EuroMediCare



PODSTAWOWA	ALB/GRZYW	LATWOSTRAWNA	ALB/GRZYW	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALB/GRZYW	BOGATOBIALKOWA	ALB/GRZYW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUŻAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALB/GRZYW
płatki kukurydziane 80g	1	płatki kukurydziane 80g	1	płatki owsiane 80g	1	płatki owsiane 80g	1	płatki kukurydziane 80g	1
mleko 1,5% 200ml	7	mleko 1,5% 200ml	7	mleko 1,5% 200ml	7	mleko 1,5% 200ml	7	mleko 1,5% 200ml	7
herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1
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		tapenada z czarnych oliwek 30g		tapenada z czarnych oliwek 30g		tapenada z czarnych oliwek 30g		pastą z cukinii ze zmieloną czarnuszką 30g	
kietki słonecznika 10g		kietki słonecznika 10g		kietki słonecznika 10g		kietki słonecznika 10g		kietki słonecznika 10g	
pastą twarogową na jogurcie z koperkiem 100g	7	pastą twarogową na jogurcie z koperkiem 100g	7	pastą twarogową na jogurcie z koperkiem 100g	7	pastą twarogową na jogurcie z koperkiem 100g	7	pastą twarogową 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	
**									
zupa jarzynowa z makaronem (bulion 300g	9.1	zupa jarzynowa z makaronem (bulion 300g	9.1	zupa jarzynowa z makaronem (bulion 300g	9.1	zupa jarzynowa z makaronem (bulion 300g	9.1	zupa jarzynowa z makaronem (bulion 300g	9.1
makaron z sosem bakłażanowym (makaron pszenny rurki, passata pomidorowa, szpinak, tofu naturalne, bakłażan, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	1.3.6.9	makaron z sosem bakłażanowym (makaron pszenny rurki, passata pomidorowa, szpinak, tofu naturalne, bakłażan, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	1.3.6.9	makaron z sosem bakłażanowym (makaron pszenny razowy rurki, passata pomidorowa, szpinak, tofu naturalne, bakłażan, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	1.3.6.9	makaron z sosem bakłażanowym (makaron pszenny rurki, passata pomidorowa, szpinak, tofu naturalne, bakłażan, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	1.3.6.9	makaron z sosem bakłażanowym (makaron pszenny rurki, passata pomidorowa, szpinak, tofu naturalne, bakłażan, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	1.3.6.9
surówka z czerwonej kapusty 120g		burak tarty z olejem rzepakowym i pietruszką 120g		surówka z czerwonej kapusty 120g		burak tarty z olejem rzepakowym i pietruszką 120g		burak tarty z olejem rzepakowym i pietruszką 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	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1
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		pastą z marchewki z pietruszką 30g		ogórek zielony 30g		pastą z marchewki z pietruszką 30g		pastą z marchewki z pietruszką 30g	
roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g	
pastą z makreli w sosie własnym z ogórkiem kiszonym bez skórki z ziołami 100g	4	pastą z makreli w sosie własnym z ogórkiem kiszonym bez skórki z ziołami 100g	4	pastą z makreli w sosie własnym z ogórkiem kiszonym bez skórki z ziołami 100g	4	pastą z makreli w sosie własnym z ogórkiem kiszonym bez skórki z ziołami 100g	4	pastą z makreli w sosie własnym z ogórkiem kiszonym bez skórki z ziołami 100g	4
twaróg plastry 60g	7	twaróg plastry 60g	7	twaróg plastry 60g	7	twaróg plastry 60g	7	twaróg plastry 60g	7
jogurt naturalny 150g	7	jogurt naturalny 150g	7	jogurt naturalny 150g	7	jogurt naturalny 150g	7	jogurt naturalny 150g	7

energia kcal	2108
białko g	108,3
węglowodany g	60,9
uszczelnienie g	18,5
masło tłuszczowe g	287,9
masło roślinne g	41,9
olej g	26,6
całk.	2984,4

energia kcal	2097
białko g	108,2
węglowodany g	61,5
uszczelnienie g	19,4
masło tłuszczowe g	289,9
masło roślinne g	45,9
olej g	26,2
całk.	3007

energia kcal	2268
białko g	112,5
węglowodany g	72,6
uszczelnienie g	20,1
masło tłuszczowe g	300,3
masło roślinne g	40,9
olej g	43,5
całk.	3128,5

energia kcal	2264
białko g	115,9
węglowodany g	70,8
uszczelnienie g	20,1
masło tłuszczowe g	284,5
masło roślinne g	37
olej g	39
całk.	2932,7

energia kcal	2138
białko g	111,3
węglowodany g	62,8
uszczelnienie g	19,8
masło tłuszczowe g	298,6
masło roślinne g	33,2
olej g	37,3
całk.	3024,3

NIEDZIELA 24.11.2024

JADŁOSPIS EuroMediCare



PODSTAWOWA	ALBIRGEM	LATWOSTRAWNA	ALBIRGEM	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALBIRGEM	BOGATOBIAŁKOWA	ALBIRGEM	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUŻAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALBIRGEM																																																																				
płatki kukurydziane 80g	1	płatki kukurydziane 80g	1	płatki owsiane 80g	1	płatki owsiane 80g	1	płatki kukurydziane 80g	1																																																																				
mleko 1,5% 200ml	7	mleko 1,5% 200ml	7	mleko 1,5% 200ml	7	mleko 1,5% 200ml	7	mleko 1,5% 200ml	7																																																																				
herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml																																																																					
pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1																																																																				
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		ogórek kiszony bez skórki 30g																																																																					
miks sałat (rukola, roszponka, sałata zielona) 10g		miks sałat (rukola, roszponka, sałata zielona) 10g		miks sałat (rukola, roszponka, sałata zielona) 10g		miks sałat (rukola, roszponka, sałata zielona) 10g		miks sałat (rukola, roszponka, sałata zielona) 10g																																																																					
fritata z pieca z cukinią i pieczarkami 150g	3.7	fritata z pieca z cukinią 150g	3.7	fritata z pieca z cukinią i pieczarkami 150g	3.7	fritata z pieca z cukinią 150g	3.7	fritata z pieca z cukinią 150g	3.7																																																																				
szynka wieprzowa parzona 80g		szynka wieprzowa parzona 80g		szynka wieprzowa parzona 80g		szynka wieprzowa parzona 80g		szynka wieprzowa parzona 80g																																																																					
				jabłko 150g		jabłko 150g																																																																							
rosół (bulion mięsny (mięso drobiowe i wołowe, woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,) z makaronem pszennym 150g	9.1	rosół (bulion mięsny (mięso drobiowe i wołowe, woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,) z makaronem pszennym 150g	9.1	rosół (bulion mięsny (mięso drobiowe i wołowe, woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,) z makaronem ryżowym 150g	9.1	rosół (bulion mięsny (mięso drobiowe i wołowe, woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,) z makaronem pszennym 150g	9.1	bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń), z makaronem pszennym 150g	9.1																																																																				
eskalopki wieprzowe duszone w sosie warzywnym (topatka wieprzowa 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, cukinia 50g, olej rzepakowy, ziola, sól, pieprz)	9	eskalopki wieprzowe duszone w sosie warzywnym (topatka wieprzowa 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, cukinia 50g, olej rzepakowy, ziola, sól, pieprz)	9	eskalopki wieprzowe duszone w sosie warzywnym (topatka wieprzowa 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, cukinia 50g, olej rzepakowy, ziola, sól, pieprz)	9	eskalopki wieprzowe duszone w sosie warzywnym (topatka wieprzowa 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, cukinia 50g, olej rzepakowy, ziola, sól, pieprz)	9	eskalopki wieprzowe duszone w sosie warzywnym (topatka wieprzowa 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, cukinia 50g, olej rzepakowy, ziola, sól, pieprz)	9																																																																				
młode ziemniaki z wody 200g		młode ziemniaki z wody 200g		młode ziemniaki z wody 200g		młode ziemniaki z wody 200g		młode ziemniaki z wody 200g																																																																					
kapusta kiszona z marchewką i olejem rzepakowym 120g		marchew tarta z olejem rzepakowym 120g		kapusta kiszona z marchewką i olejem rzepakowym 120g		marchew tarta z olejem rzepakowym 120g		marchew tarta z olejem rzepakowym 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	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1																																																																				
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		ogórek kiszony bez skórki 30g		papryka zielona 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g																																																																					
sałata masłowa 10g		sałata masłowa 10g		sałata masłowa 10g		sałata masłowa 10g		sałata masłowa 10g																																																																					
twaróg półtłusty plastry 100g	7	twaróg półtłusty plastry 100g	7	twaróg półtłusty plastry 100g	7	twaróg półtłusty plastry 100g	7	twaróg półtłusty plastry 100g	7																																																																				
szynka drobiowa w galarecie 100g	7.9	szynka drobiowa w galarecie 100g	7.9	szynka drobiowa w galarecie 100g	7.9	szynka drobiowa w galarecie 100g	7.9	szynka drobiowa w galarecie 100g	7.9																																																																				
maślanka 200ml	7	maślanka 200ml	7	maślanka 200ml	7	maślanka 200ml	7	maślanka 200ml	7																																																																				
<table border="1"> <tr><td>mięso drobiowe</td><td>2179</td></tr> <tr><td>mięso wołowe</td><td>108,5</td></tr> <tr><td>mięso cielęce</td><td>14</td></tr> <tr><td>mięso z gatunku jagnięcego</td><td>22,8</td></tr> <tr><td>mięso wieprzowe (mięso wieprzowe)</td><td>341,9</td></tr> <tr><td>mięso z gatunku koni</td><td>38,6</td></tr> <tr><td>mięso z gatunku krowy</td><td>33,1</td></tr> <tr><td>mięso z gatunku królika</td><td>293,8</td></tr> </table>		mięso drobiowe	2179	mięso wołowe	108,5	mięso cielęce	14	mięso z gatunku jagnięcego	22,8	mięso wieprzowe (mięso wieprzowe)	341,9	mięso z gatunku koni	38,6	mięso z gatunku krowy	33,1	mięso z gatunku królika	293,8	<table border="1"> <tr><td>mięso drobiowe</td><td>2179</td></tr> <tr><td>mięso wołowe</td><td>108,4</td></tr> <tr><td>mięso cielęce</td><td>14</td></tr> <tr><td>mięso z gatunku jagnięcego</td><td>22,7</td></tr> <tr><td>mięso wieprzowe (mięso wieprzowe)</td><td>345,5</td></tr> <tr><td>mięso z gatunku koni</td><td>41,2</td></tr> <tr><td>mięso z gatunku krowy</td><td>33</td></tr> <tr><td>mięso z gatunku królika</td><td>2975,8</td></tr> </table>		mięso drobiowe	2179	mięso wołowe	108,4	mięso cielęce	14	mięso z gatunku jagnięcego	22,7	mięso wieprzowe (mięso wieprzowe)	345,5	mięso z gatunku koni	41,2	mięso z gatunku krowy	33	mięso z gatunku królika	2975,8	<table border="1"> <tr><td>mięso drobiowe</td><td>2272</td></tr> <tr><td>mięso wołowe</td><td>110,2</td></tr> <tr><td>mięso cielęce</td><td>16,9</td></tr> <tr><td>mięso z gatunku jagnięcego</td><td>19,7</td></tr> <tr><td>mięso wieprzowe (mięso wieprzowe)</td><td>23,5</td></tr> <tr><td>mięso z gatunku koni</td><td>363,8</td></tr> <tr><td>mięso z gatunku krowy</td><td>41</td></tr> <tr><td>mięso z gatunku królika</td><td>33,9</td></tr> <tr><td>mięso z gatunku krowy</td><td>2763,1</td></tr> </table>		mięso drobiowe	2272	mięso wołowe	110,2	mięso cielęce	16,9	mięso z gatunku jagnięcego	19,7	mięso wieprzowe (mięso wieprzowe)	23,5	mięso z gatunku koni	363,8	mięso z gatunku krowy	41	mięso z gatunku królika	33,9	mięso z gatunku krowy	2763,1	<table border="1"> <tr><td>mięso drobiowe</td><td>2278</td></tr> <tr><td>mięso wołowe</td><td>116,9</td></tr> <tr><td>mięso cielęce</td><td>115,4</td></tr> <tr><td>mięso z gatunku jagnięcego</td><td>16,8</td></tr> <tr><td>mięso wieprzowe (mięso wieprzowe)</td><td>21,9</td></tr> <tr><td>mięso z gatunku koni</td><td>360,4</td></tr> <tr><td>mięso z gatunku krowy</td><td>37,7</td></tr> <tr><td>mięso z gatunku królika</td><td>38,6</td></tr> <tr><td>mięso z gatunku krowy</td><td>42,6</td></tr> <tr><td>mięso z gatunku królika</td><td>3274,9</td></tr> </table>		mięso drobiowe	2278	mięso wołowe	116,9	mięso cielęce	115,4	mięso z gatunku jagnięcego	16,8	mięso wieprzowe (mięso wieprzowe)	21,9	mięso z gatunku koni	360,4	mięso z gatunku krowy	37,7	mięso z gatunku królika	38,6	mięso z gatunku krowy	42,6	mięso z gatunku królika	3274,9
mięso drobiowe	2179																																																																												
mięso wołowe	108,5																																																																												
mięso cielęce	14																																																																												
mięso z gatunku jagnięcego	22,8																																																																												
mięso wieprzowe (mięso wieprzowe)	341,9																																																																												
mięso z gatunku koni	38,6																																																																												
mięso z gatunku krowy	33,1																																																																												
mięso z gatunku królika	293,8																																																																												
mięso drobiowe	2179																																																																												
mięso wołowe	108,4																																																																												
mięso cielęce	14																																																																												
mięso z gatunku jagnięcego	22,7																																																																												
mięso wieprzowe (mięso wieprzowe)	345,5																																																																												
mięso z gatunku koni	41,2																																																																												
mięso z gatunku krowy	33																																																																												
mięso z gatunku królika	2975,8																																																																												
mięso drobiowe	2272																																																																												
mięso wołowe	110,2																																																																												
mięso cielęce	16,9																																																																												
mięso z gatunku jagnięcego	19,7																																																																												
mięso wieprzowe (mięso wieprzowe)	23,5																																																																												
mięso z gatunku koni	363,8																																																																												
mięso z gatunku krowy	41																																																																												
mięso z gatunku królika	33,9																																																																												
mięso z gatunku krowy	2763,1																																																																												
mięso drobiowe	2278																																																																												
mięso wołowe	116,9																																																																												
mięso cielęce	115,4																																																																												
mięso z gatunku jagnięcego	16,8																																																																												
mięso wieprzowe (mięso wieprzowe)	21,9																																																																												
mięso z gatunku koni	360,4																																																																												
mięso z gatunku krowy	37,7																																																																												
mięso z gatunku królika	38,6																																																																												
mięso z gatunku krowy	42,6																																																																												
mięso z gatunku królika	3274,9																																																																												

PONIEDZIALEK 25.11.2024

JADŁOSPIS EuroMediCare



PODSTAWOWA	ALBIRGEM	LATWOSTRAWNA	ALBIRGEM	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALBIRGEM	BOGATOBIAŁKOWA	ALBIRGEM	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUŻAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALBIRGEM
herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml
pieczywo pszenno-żytnie	100g	1 pieczywo pszenne	100g	1 pieczywo pszenno-żytnie razowe	120g	1 pieczywo pszenno-żytnie	100g	1 pieczywo graham	120g
masto extra	10g	7 masto extra	10g	7 masto extra	10g	7 masto extra	10g	7 masto extra	10g
pomidor	60g	7 pomidor	60g	7 pomidor	60g	7 pomidor	60g	7 pomidor	60g
papryka konserwowa	30g	7 plastry parzonej cukinii	30g	7 papryka konserwowa	30g	7 plastry parzonej cukinii	30g	7 plastry parzonej cukinii	30g
kietki lucerny	10g	7 kietki lucerny	10g	7 kietki lucerny	10g	7 kietki lucerny	10g	7 kietki lucerny	10g
ser żółty	80g	7 ser żółty odtuszczony	80g	7 ser żółty	80g	7 ser żółty	80g	7 ser żółty odtuszczony	80g
pasztet drobiowy z kurcząt	60g	3,9,1 pasztet drobiowy z kurcząt	60g	3,9,1 pasztet drobiowy z kurcząt	60g	3,9,1 pasztet drobiowy z kurcząt	60g	3,9,1 pasztet drobiowy z kurcząt	60g
				100g		100g			
zupa selerowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, seler 100g, ziemniaki 100g)	300g	9 zupa selerowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, seler 100g, ziemniaki 100g)	300g	9 zupa selerowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, seler 100g, ziemniaki 100g)	300g	9 zupa selerowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, seler 100g, ziemniaki 100g)	300g	9 zupa selerowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, seler 100g, ziemniaki 100g)	300g
połędwica wieprzowa duszona w sosie tymiankowym (połędwica 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziola)	200g	1,9 połędwica wieprzowa duszona w sosie tymiankowym (połędwica 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziola)	200g	1,9 połędwica wieprzowa duszona w sosie tymiankowym (połędwica 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziola)	200g	1,9 połędwica wieprzowa duszona w sosie tymiankowym (połędwica 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziola)	200g	1,9 połędwica wieprzowa duszona w sosie tymiankowym (połędwica 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, mąka pszenna 2g, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziola)	200g
ziemniaki z wody	200g	7 ziemniaki z wody	200g	7 ziemniaki z wody	200g	7 ziemniaki z wody	200g	7 ziemniaki z wody	200g
surówka z czerwonej kapusty	120g	7 buraki tarte	120g	7 surówka z czerwonej kapusty	120g	7 surówka z czerwonej kapusty	120g	7 buraki tarte	120g
herbata owocowa	250ml	7 herbata owocowa	250ml	7 herbata owocowa	250ml	7 herbata owocowa	250ml	7 herbata owocowa	250ml
herbata czarna	250ml	7 herbata czarna	250ml	7 herbata czarna	250ml	7 herbata czarna	250ml	7 herbata czarna	250ml
pieczywo pszenno-żytnie	100g	1 pieczywo pszenne	100g	1 pieczywo pszenno-żytnie razowe	120g	1 pieczywo pszenno-żytnie	100g	1 pieczywo graham	120g
masto extra	10g	7 masto extra	10g	7 masto extra	10g	7 masto extra	10g	7 masto extra	10g
pomidor	60g	7 pomidor	60g	7 pomidor	60g	7 pomidor	60g	7 pomidor	60g
rzodkiewka	30g	7 pasta z pieczonego buraka	30g	7 rzodkiewka	30g	7 pasta z pieczonego buraka	30g	7 pasta z pieczonego buraka	30g
sałata masłowa	10g	7 sałata masłowa	10g	7 sałata masłowa	10g	7 sałata masłowa	10g	7 sałata masłowa	10g
ser typu włoskiego plastry	80g	7 ser typu włoskiego plastry	80g	7 ser typu włoskiego plastry	80g	7 ser typu włoskiego plastry	80g	7 ser typu włoskiego plastry	80g
szynka kanapkowa wieprzowa	60g	7 szynka kanapkowa wieprzowa	60g	7 szynka kanapkowa wieprzowa	60g	7 szynka kanapkowa wieprzowa	60g	7 szynka kanapkowa wieprzowa	60g
kefir	200ml	7 kefir	200ml	7 kefir	200ml	7 kefir	200ml	7 kefir	200ml

energia kcal	2388	2394	2340	2397	2338
białko g	128,3	128,3	131,1	135,5	131,3
węglowodany g	65,3	65,9	71,3	69,5	67,2
energia kcal (bez alkoholu i tłuszczu)	36,5	36,3	31,1	31,1	30,5
energia kcal (bez alkoholu i tłuszczu i soli)	34,3	34,9	29,4	29,9	29,5
energia kcal (bez alkoholu i tłuszczu i soli i cukru)	37,5	37,3	34,5	40,6	40,2
energia kcal (bez alkoholu i tłuszczu i soli i cukru i soli)	2407,8	2402,2	2400,7	2396,3	2390,5

WTOREK 26.11.2024

JADŁOSPIS EuroMediCare



ALBIRGIVY	ALBIRGIVY	ALBIRGIVY	ALBIRGIVY	ALBIRGIVY	ALBIRGIVY
PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	BOGATOBIAŁKOWA	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUŻAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALBIRGIVY
herbata czarna 250ml	herbata czarna 250ml	herbata czarna 250ml	herbata czarna 250ml	herbata czarna 250ml	herbata czarna 250ml
pieczywo pszenno-żytnie 100g	1 pieczywo pszenne 100g	1 pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1 pieczywo pszenno-żytnie 100g	1 pieczywo graham 120g	1
masto extra 10g	7 masło extra 10g	7 masło extra 10g	7 masło extra 10g	7 masło extra 10g	7
pomidor 60g	60g	60g	60g	60g	60g
ogórek kiszony 30g	ogórek kiszony bez skórki 30g	ogórek kiszony 30g	ogórek kiszony bez skórki 30g	ogórek kiszony bez skórki 30g	30g
roszponka 10g	roszponka 10g	roszponka 10g	roszponka 10g	roszponka 10g	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
kietbasa biała wieprzowa z wody 60g	kietbasa biała wieprzowa z wody 60g	kietbasa biała wieprzowa z wody 60g	kietbasa biała wieprzowa z wody 80g	kietbasa biała wieprzowa z wody 60g	60g
		jabłtko 150g	jabłtko 150g		
barszcz czerwony z ziemniakami (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, buraki, kwasek cytrynowy) 300g	9 barszcz czerwony z ziemniakami (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, buraki, kwasek cytrynowy) 300g	9 jarzynowa z ziemniakami (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 300g	9 barszcz czerwony z ziemniakami (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, buraki, kwasek cytrynowy) 300g	9 jarzynowa z ziemniakami (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 300g	9
pieczony filet z indyka (pierś z indyka, mleko, sól, pieprz, ziola) 150g	7 pieczony filet z indyka (pierś z indyka, mleko, sól, pieprz, ziola) 150g	7 pieczony filet z indyka (pierś z indyka, mleko, sól, pieprz, ziola) 150g	7 pieczony filet z indyka (pierś z indyka, mleko, sól, pieprz, ziola) 150g	7 pieczony filet z indyka (pierś z indyka, mleko, sól, pieprz, ziola) 150g	7
puree z ziemniaka i kalafiora 10g (150g;50g)	10g (150g;50g)	200g	10g (150g;50g)	10g (150g;50g)	10g (150g;50g)
surówka z kapusty pekińskiej z pietruszką 120g	tarta marchewka z jabłkiem 120g	120g	tarta marchewka z jabłkiem 120g	tarta marchewka z jabłkiem 120g	120g
herbata owocowa 250ml	herbata owocowa 250ml	herbata owocowa 250ml	herbata owocowa 250ml	herbata owocowa 250ml	250ml
herbata czarna 250ml	herbata czarna 250ml	herbata czarna 250ml	herbata czarna 250ml	herbata czarna 250ml	250ml
pieczywo pszenno-żytnie 100g	1 pieczywo pszenne 100g	1 pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1 pieczywo pszenno-żytnie 100g	1 pieczywo graham 120g	1
masto extra 10g	7 masło extra 10g	7 masło extra 10g	7 masło extra 10g	7 masło extra 10g	7
pomidor 60g	60g	60g	60g	60g	60g
ogórek kiszony 30g	ogórek kiszony bez skórki 30g	ogórek kiszony 30g	ogórek kiszony bez skórki 30g	ogórek kiszony bez skórki 30g	30g
sałata zielona 10g	sałata zielona 10g	sałata zielona 10g	sałata zielona 10g	sałata zielona 10g	10g
twaróg plastry 80g	7 twaróg plastry 80g	7 twaróg plastry 80g	7 twaróg plastry 80g	7 twaróg plastry 80g	7
warzywna zapiekanka ryżowa z mięsem drobiowym (mielone mięso z indyka, ryż, marchew, pietruszka, cukinia, passata pomidorowa, olej rzepakowy, sól, ziola) 150g	150g	150g	warzywna zapiekanka ryżowa z mięsem drobiowym (mielone mięso z indyka, ryż brązowy, marchew, pietruszka, cukinia, passata pomidorowa, olej rzepakowy, sól, ziola) 150g	warzywna zapiekanka ryżowa z mięsem drobiowym (mielone mięso z indyka, ryż brązowy, marchew, pietruszka, cukinia, passata pomidorowa, olej rzepakowy, sól, ziola) 150g	150g
jogurt pitny naturalny 150g	7 jogurt pitny naturalny 150g	7 jogurt pitny naturalny 150g	7 jogurt pitny naturalny 150g	7 jogurt pitny naturalny 150g	7
energetyka kcal	2208	2207	2276	2273	2284
białko (g)	117	117,3	134,1	130,4	119,9
węglowodany (g)	79,4	79,9	81,3	79,7	81,3
tłuszcza ogólna (g)					
energia z białka (kcal)	31	30,9	31	31,3	31,1
energia z tłuszczu (kcal)	272,3	276,1	287,3	272,4	281,3
energia z węglowodanów (kcal)	58,7	59,9	59,5	58,7	58,4
energia (kcal)	36	36	49,9	39	39,8
całk.	2154,8	3041,2	3211,4	2286,7	3105,2

ŚRODA 27.11.2024

JADŁOSPIS EuroMediCare

locaterina

PODSTAWOWA	ALBIRNY	LATWOSTRAWNA	ALBIRNY	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALBIRNY	BOGATOBIAŁKOWA	ALBIRNY	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUŻAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALBIRNY
herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1
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		burak gotowany w plastrach z pietruszką zieloną 30g		ogórek zielony 30g		burak gotowany w plastrach z pietruszką zieloną 30g		burak gotowany w plastrach z pietruszką zieloną 30g	
miks sałat 10g		miks sałat 10g		miks sałat 10g		miks sałat 10g		miks sałat 10g	
pastą twarogową z rzodkiewką 80g	7	pastą twarogową z koperkiem 80g	7	pastą twarogową z rzodkiewką 80g	7	pastą twarogową z koperkiem 100g	7	pastą twarogową z koperkiem 80g	7
szynka kanapkowa drobiowa 60g		szynka kanapkowa drobiowa 60g		szynka kanapkowa drobiowa 60g		szynka kanapkowa drobiowa 80g		szynka kanapkowa drobiowa 60g	
				sok wielowarzywny 150ml		sok wielowarzywny 150ml			
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
pieczone trybowane udko z kurczaka w sosie ziołowym (sól, pieprz, ziola, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 200g	9	pieczone trybowane udko z kurczaka w sosie ziołowym (sól, pieprz, ziola, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 200g	9	pieczone trybowane udko z kurczaka w sosie ziołowym (sól, pieprz, ziola, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 200g	9	pieczone trybowane udko z kurczaka w sosie ziołowym (sól, pieprz, ziola, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 200g	9	pieczone trybowane udko z kurczaka w sosie ziołowym (sól, pieprz, ziola, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 200g	9
kasza bulgur 150g	1	kasza bulgur 150g	1	kasza bulgur 150g	1	kasza bulgur 150g	1	kasza bulgur 150g	1
surówka z białej kapusty z koperkiem 120g		marchewka tarta z jabłkiem 120g		surówka z białej kapusty z koperkiem 120g		marchewka tarta z jabłkiem 120g		marchewka tarta z jabłkiem 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	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1
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		pastą z młodej marchewki z czarnuszką zmieloną 30g		ogórek zielony 30g		pastą z młodej marchewki z czarnuszką zmieloną 30g		pastą 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 60g	7	serek kanapkowy bazyliowy 60g	7
szynka wiejska parzona 60g		szynka wiejska parzona 60g		szynka wiejska parzona 60g		szynka wiejska parzona 60g		szynka wiejska parzona 60g	
maślanka 150ml	7	maślanka 150ml	7	maślanka 150ml	7	maślanka 150ml	7	maślanka 150ml	7
energia (kcal)	2140	2233	2287	2284	2270				
białko (g)	124	135,1	138	144,1	130,5				
węglowodany (g)	60,2	53,5	60	57,7	56,3				
energia (kcal) z białka	18	18,1	18,8	19	18,2				
energia (kcal) z węglowodanów	310,1	313,2	320,1	310,4	320,3				
energia (kcal) z tłuszczu	58,9	56,2	58,8	57,9	56,3				
energia (kcal) z alkoholu	58,1	56,1	58,8	59,3	49,9				
całkowicie	2033,9	2078,3	2228,2	2210	2198,8				

CZWARTEK 28.11.2024

JADŁOSPIS EuroMediCare

caterino

PODSTAWOWA	ALBUMIN	LATWOSTRAWNA	ALBUMIN	Z OGRANICZENIEM LATWOPRYSZAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALBUMIN	BOGATOBIALKOWA	ALBUMIN	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUŻAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALBUMIN
herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1
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		marchewki baby z wody 30g	
sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
serek grani z kiszonym ogórkiem 60g	7	serek grani z kiszonym ogórkiem bez skórki 60g	7	serek grani z kiszonym ogórkiem 60g	7	serek grani z kiszonym ogórkiem 80g	7	serek grani z kiszonym ogórkiem bez skórki 60g	7
pastą z czarnej fasoli 80g		pastą z czarnej fasoli 80g		pastą z czarnej fasoli 80g		pastą z czarnej fasoli 80g		pastą z czarnej fasoli 80g	
				mandarynka 100g		mandarynka 100g			
krupnik (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 150g, kasza jęczmienna 50g) 300g	9.1	krupnik (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 150g, kasza jęczmienna 50g) 300g	9.1	krupnik (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 150g, kasza jęczmienna 50g) 300g	9.1	krupnik (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 150g, kasza jęczmienna 50g) 300g	9.1	krupnik (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 150g, kasza jęczmienna 50g) 300g	9.1
pulpet wieprzowy duszony w sosie warzywnym (mięso wieprzowe z łopatki, marchew, pietruszka, cukinia, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 250g (100g, 50g, 50g, 50g)	9	pulpet wieprzowy duszony w sosie warzywnym (mięso wieprzowe z łopatki, marchew, pietruszka, cukinia, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 250g (100g, 50g, 50g, 50g)	9	pulpet wieprzowy duszony w sosie warzywnym (mięso wieprzowe z łopatki, marchew, pietruszka, cukinia, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 250g (100g, 50g, 50g, 50g)	9	pulpet wieprzowy duszony w sosie warzywnym (mięso wieprzowe z łopatki, marchew, pietruszka, cukinia, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 250g (100g, 50g, 50g, 50g)	9	pulpet wieprzowy duszony w sosie warzywnym (mięso wieprzowe z łopatki, marchew, pietruszka, cukinia, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 250g (100g, 50g, 50g, 50g)	9
puree z ziemniaka i pietruszki 200g (70:30)	7	puree z ziemniaka i pietruszki 200g (70:30)	7	ziemniaki z wody 200g	7	puree z ziemniaka i pietruszki 200g (70:30)	7	puree z ziemniaka i pietruszki 200g (70:30)	7
kapusta kiszona z marchewką 120g		burak tarty 120g		kapusta kiszona z marchewką 120g		burak tarty 120g		burak 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	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1
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		pastą z pieczonej dynii i marchewki 30g		ogórek zielony 30g		pastą z pieczonej dynii i marchewki 30g		pastą z pieczonej dynii i marchewki 30g	
sałata lodowa 10g		sałata lodowa 10g		sałata lodowa 10g		sałata lodowa 10g		sałata lodowa 10g	
serek kanapkowy z koperkiem 60g	7	serek kanapkowy z koperkiem 60g	7	serek kanapkowy z koperkiem 60g	7	serek kanapkowy z koperkiem 60g	7	serek kanapkowy z koperkiem 60g	7
sałatka makaronowa (kokardki, razowe) z tuńczykiem z wody, jajkiem na twardo, brokułem i natką pietruszki na lekkim sosie jogurtowym 250g (80g, 80g, 20g, 50g)	1.3.4	sałatka makaronowa (kokardki) z tuńczykiem z wody, jajkiem na miękko, brokułem i natką pietruszki na lekkim sosie jogurtowym 250g (80g, 80g, 20g, 50g)	1.3.4	sałatka makaronowa (kokardki, razowe) z tuńczykiem z wody, jajkiem na twardo, brokułem i natką pietruszki na lekkim sosie jogurtowym 250g (80g, 80g, 20g, 50g)	1.3.4	sałatka makaronowa (kokardki, razowe) z tuńczykiem z wody, jajkiem na twardo, brokułem i natką pietruszki na lekkim sosie jogurtowym 250g (80g, 80g, 20g, 50g)	1.3.4	sałatka makaronowa (kokardki) z tuńczykiem z wody, jajkiem na miękko, brokułem i natką pietruszki na lekkim sosie jogurtowym 250g (80g, 80g, 20g, 50g)	1.3.4
jogurt naturalny 150ml	7	jogurt naturalny 150ml	7	jogurt naturalny 150ml	7	jogurt naturalny 150ml	7	jogurt naturalny 150ml	7
energia [kJ]	2101	2100	2100	2100	2100	2100	2100	2100	
białko [g]	96,8	96,9	96,6	96,6	103,3	96,8	99,8	96,8	
węglowodany [g]	66,6	67,2	72,8	71,4	66,5	66,6	66,5	66,5	
białko ogółem [g]									
energia [kJ]	28,3	28,1	28,9	28,9	28,3	28,3	28,3	28,3	
białko [g]	310,3	314,5	332	317,4	321	310,3	317,4	321	
węglowodany [g]	58,5	59,1	50,9	57,1	59,8	58,5	57,1	59,8	
białko [g]	58,5	58,9	58,3	58,7	58,5	58,5	58,7	58,5	
energia [kJ]	316,7	314,8	325,7	318,4	316,6	316,7	316,6	316,6	

PIĄTEK 29.11.2024

JADŁOSPIS EuroMediCare

catering

PODSTAWOWA	ALBIRGNY	LATWOSTRAWNA	ALBIRGNY	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALBIRGNY	BOGATOBIAŁKOWA	ALBIRGNY	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUŻAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALBIRGNY
herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1
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 kiszony 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g		ogórek kiszony 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g	
sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
pastą jajeczną z koperkiem (jaja, koper, majonez odtłuszczony, sól, pieprz) 150g	3	pastą jajeczną z koperkiem (jaja, koper, majonez odtłuszczony, sól, pieprz) 150g	3	pastą jajeczną z koperkiem (jaja, koper, majonez odtłuszczony, sól, pieprz) 150g	3	pastą jajeczną z koperkiem (jaja, koper, majonez odtłuszczony, sól, pieprz) 150g	3	pastą jajeczną z koperkiem (jaja, koper, majonez odtłuszczony, sól, pieprz) 150g	3
kietbasa żywiecka 60g		kietbasa żywiecka 60g		kietbasa żywiecka 60g		kietbasa żywiecka 60g		kietbasa żywiecka 60g	
				sok pomidorowy 200ml		sok pomidorowy 200ml			
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
pulpet rybny duszony w sosie 200g	4	pulpet rybny duszony w sosie 200g	4	pulpet rybny duszony w sosie 200g	4	pulpet rybny duszony w sosie 200g	4	pulpet rybny duszony w sosie 200g	4
surówka z marchwii 120g		surówka z marchwii 120g		surówka z marchwii 120g		surówka z marchwii 120g		surówka z marchwii 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	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1
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 plastry 30g		ogórek zielony 30g		burak plastry 30g		burak plastry 30g	
sałata zielona masłowa 10g		sałata zielona masłowa 10g		sałata zielona masłowa 10g		sałata zielona masłowa 10g		sałata zielona masłowa 10g	
pastą twarogową z chrzanem 90g	7	pastą twarogową z pietruszką 90g	7	pastą twarogową z chrzanem 90g	7	pastą twarogową z chrzanem 90g	7	pastą twarogową z pietruszką 90g	7
sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka (szynka parzona, ziemniak, pietruszka, seler, ogórek kiszony, majonez, natka pietruszki) 200g (50g,50g, 30g,30g,20g,10g,10g) 3,9	3,9	sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka (szynka parzona, ziemniak, pietruszka, seler, ogórek kiszony, majonez odtłuszczony, natka pietruszki) 200g (50g,50g, 30g,30g,20g,10g,10g) 3,9	3,9	sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka (szynka parzona, ziemniak, pietruszka, seler, ogórek kiszony, majonez, natka pietruszki) 200g (50g,50g, 30g,30g,20g,10g,10g) 3,9	3,9	sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka (szynka parzona, ziemniak, pietruszka, seler, ogórek kiszony, majonez, natka pietruszki) 200g (50g,50g, 30g,30g,20g,10g,10g) 3,9	3,9	sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka (szynka parzona, ziemniak, pietruszka, seler, ogórek kiszony, majonez odtłuszczony, natka pietruszki) 200g (50g,50g, 30g,30g,20g,10g,10g) 3,9	3,9
jogurt pitny naturalny 150ml	7	jogurt pitny naturalny 150ml	7	jogurt pitny naturalny 150ml	7	jogurt pitny naturalny 150ml	7	jogurt pitny naturalny 150ml	7
energia (kcal)	2289	2270	2342	2338	2337				
białko (g)	128,3	128,3	131,1	135,5	131,3				
energia (kcal)	65,3	65,9	71,3	69,5	67,2				
energia (kcal)	30,5	30,3	31,1	31,1	30,5				
energia (kcal)	304,3	304,9	315,4	300,9	315				
energia (kcal)	59,8	57,7	59,9	59,1	61				
energia (kcal)	27,5	27,3	24,5	49,9	48,2				
energia (kcal)	2497,8	2492,7	2550,7	2258,3	2565,5				

SOBOTA 30.11.2024

JADŁOSPIS EuroMediCare

l.catering

PODSTAWOWA	ALBIRNY	LATWOSTRAWNA	ALBIRNY	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALBIRNY	BOGATOBIAŁKOWA	ALBIRNY	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALBIRNY
herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1
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		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	
żółty ser salami 60g	7	ser żółty odtuszczone 60g	7	żółty ser salami 60g	7	żółty ser salami 60g	7	ser żółty odtuszczone 60g	7
szynka wieprzowa tostowa 60g		szynka wieprzowa tostowa 60g		szynka wieprzowa tostowa 60g		szynka wieprzowa tostowa 60g		szynka wieprzowa tostowa 60g	
***				gruszka 150g		gruszka 150g			
zupa kalafiorowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, kalafior 100g, ziemniaki 100g, nać)	300g	zupa kalafiorowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, kalafior 100g, ziemniaki 100g, nać)	300g	zupa kalafiorowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, kalafior 100g, ziemniaki 100g, nać)	300g	zupa kalafiorowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, kalafior 100g, ziemniaki 100g, nać)	300g	zupa kalafiorowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g, kalafior 100g, ziemniaki 100g, nać)	300g
kaszotto pietruszkowe z tofu (tofu naturalne, pietruszka, pietruszka nać, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew)	200g	kaszotto pietruszkowe z tofu (tofu naturalne, pietruszka, pietruszka nać, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew, seler naciowy)	200g	kaszotto pietruszkowe z tofu (tofu naturalne, pietruszka, pietruszka nać, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew, seler naciowy)	200g	kaszotto pietruszkowe z tofu (tofu naturalne, pietruszka, pietruszka nać, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew, seler naciowy)	200g	kaszotto pietruszkowe z tofu (tofu naturalne, pietruszka, pietruszka nać, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew, seler naciowy)	200g
surówka z selera i jabłka 120g	9	seler duszony z jabłkiem 120g	9	surówka z selera i jabłka 120g	9	seler duszony z jabłkiem 120g	9	seler duszony z jabłkiem 120g	9
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	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie razowe 120g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 120g	1
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 buraka z zieloną pietruszką 30g		papryka czerwona 30g		pasta z buraka z zieloną pietruszką 30g		pasta z buraka z zieloną pietruszką 30g	
sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
pieczony schab w galarecie z marchewką i zieloną pietruszką 200g		pieczony schab w galarecie z marchewką i zieloną pietruszką 200g		pieczony schab w galarecie z marchewką i zieloną pietruszką 200g		pieczony schab w galarecie z marchewką i zieloną pietruszką 200g		pieczony schab w galarecie z marchewką i zieloną pietruszką 200g	
ser typu włoskiego w plastrach 80g	7	ser typu włoskiego w plastrach 80g	7	ser typu włoskiego w plastrach 80g	7	ser typu włoskiego w plastrach 80g	7	ser typu włoskiego w plastrach 80g	7
maślanka 150ml	7	maślanka 150ml	7	maślanka 150ml	7	maślanka 150ml	7	maślanka 150ml	7
energia kcal	2130	2131	2220	2232	2182				
białko g	117,5	117,3	110,2	126,3	120,4				
węglowodany całkowite g	62,5	63	68,8	67,1	64,4				
energia tłuszczowa nasycona g	25,5	25,3	26,1	26,1	25,5				
energia witaminowa całkowita g	284,7	284,2	306,4	292,1	296,1				
energia witaminowa witamin g	51,8	52,8	54	50,7	51,5				
energia witaminowa witamin g	30,5	29,9	46,3	34,3	41,7				
energia witaminowa witamin g	2203,3	2240,89	2403,4	1441,3	2439,89				