

# KWIECIEŃ

Ile dni	10
termin rozpoczęcia	2026-04-13
Posiłki	1. obiad
Przypisana Grupa żywieniowa	Nazwa grupy: <b>Zespół Szkolno-Przedszkolny /SP**/</b> 1. Chłopcy (wiek: 7 - 7; liczba: 10) 2. Dziewczęta (wiek: 7 - 7; liczba: 13) 3. Chłopcy (wiek: 8 - 8; liczba: 19) 4. Dziewczęta (wiek: 8 - 8; liczba: 12) 5. Chłopcy (wiek: 9 - 9; liczba: 14) 6. Dziewczęta (wiek: 9 - 9; liczba: 10) 7. Chłopcy (wiek: 10 - 10; liczba: 14) 8. Dziewczęta (wiek: 10 - 10; liczba: 15) 9. Chłopcy (wiek: 11 - 11; liczba: 14) 10. Dziewczęta (wiek: 11 - 11; liczba: 14) 11. Chłopcy (wiek: 12 - 12; liczba: 12) 12. Dziewczęta (wiek: 12 - 12; liczba: 10) 13. Chłopcy (wiek: 13 - 13; liczba: 18) 14. Dziewczęta (wiek: 13 - 13; liczba: 10) 15. Chłopcy (wiek: 14 - 14; liczba: 24) 16. Dziewczęta (wiek: 14 - 14; liczba: 9) 17. Chłopcy (wiek: 15 - 15; liczba: 27) 18. Dziewczęta (wiek: 15 - 15; liczba: 15)
Norma na energię dla podanej grupy:	2058.19Kcal
Wybrane posiłki mają zapewnić % dziennego zapotrzebowania według powyższej normy na energię:	32%
Wybrane posiłki mają zapewnić energię na poziomie z:	<b>węglowodanów</b> :60%, <b>białka</b> :15%, <b> tłuszczów</b> :25%

## 2026-04-13 Poniedziałek

### obiad

1. Zupa brokułowa zabieleną z ziemniakami \*\*/z (220g)
2. Spaghetti bolognese z mięsem mieszanym i warzywami \* (250g)
3. Kompot z owoców mieszanych\* (200g)
4. Woda niegazowana \* (200g)
5. Mandarynki (50g)

### obiad

## 2026-04-14 Wtorek

### obiad

1. Zupa ogórkowa z ogórków kiszonych z ryżem \*\*/ z (220g)
2. mięso z ud kurczaka bez skóry i kości z przyprawami duszone \* z (100g)
3. Ziemniaki \* (200g)
4. Mizeria \*/z (100g)
5. Kompot z wiśni (200g)
6. Woda niegazowana \* (200g)

### obiad

## 2026-04-15 Środa

### obiad

1. Kaszamanna na rosole\*\*/z (200g)
2. Fasolkapo bretońskiego \* (200g)
3. kompot z owoców mieszanychŻ\*\* (200g)
4. Woda niegazowana \* (200g)
5. Chleb graham (50g)
6. mus owocowy\* (100g)

### obiad

## 2026-04-16 Czwartek

### obiad

1. Zupa pomidorowa z ryżem (200g)
2. Kluski śląskie \* (180g)
3. Karkówka duszona w ziołach z sosem własnym \* (100g)
4. Surówka z kapusty czerwonej \*/z (100g)
5. Kompot truskawkowy\* (200g)
6. Woda niegazowana \* (200g)

### obiad

## 2026-04-17 Piątek

### obiad

1. Zupa z zielonego groszku z makaronem \*\*/z (220g)
2. Miruna filety panierowane smażone \* (100g)
3. Ziemniaki \* (200g)
4. Fasolkaszparagowa duszona \* (100g)
5. kompot z owoców mieszanychŻ\*\* (200g)
6. Woda niegazowana \* (200g)
7. Banan(50g)

### obiad

## 2026-04-20 Poniedziałek

### obiad

1. Zupa cygańska\*\* + chleb (260g)
2. **Knedle ze śliwkami \*- wyrób gotowy (200g)**
3. Kompot z owoców mieszanych\* (200g)
4. Woda niegazowana \* (200g)
5. Pomarańcza(50g)

### obiad

## 2026-04-21 Wtorek

### obiad

1. Rosół z makaronem \*\*/z (220g)
2. Filet z indyka duszony w sosie własnym\* (120g)
3. Ryżz warzywami\* (200g)
4. Surówka z białej kapusty z marchwią i majonezem A (100g)
5. kompot z malin (200g)
6. Woda niegazowana \* (200g)

### obiad

## 2026-04-22 Środa

### obiad

1. Zupa krem z zielonych warzyw z groszkiem ptysiowym \*\*/z (200g)
2. Gulaszwołowy duszony \*/z (100g)
3. Kaszakuskus(180g)
4. kompot z owoców mieszanychŻ\*\* (200g)
5. Woda niegazowana \* (200g)
6. Kefir 2% tłuszczu (280g)
7. Pomidory krojone aa (100g)

### obiad

## 2026-04-23 Czwartek

### obiad

1. Zupa jarzynowa z makaronem 2016 (230g)
2. Filet z kurczaka panierowany \* (110g)
3. Ziemniaki \* (200g)
4. Surówka z kapusty pekińskiej z marchwią i kukurydzą. \*/z (100g)
5. Kompot z czarnej porzeczki \*/z (200g)
6. Woda niegazowana \* (200g)
7. Mandarynki (50g)

### obiad

## 2026-04-24 Piątek

### obiad

1. Zupa kalafiorowa zabieleną z ryżem \*\*/ z (210g)
2. Rybapogrecku 2016 (110g)
3. Makaron pełnoziarnisty (180g)
4. Sałatka wiosenna \* (100g)
5. kompot z owoców mieszanychŻ\*\* (200g)
6. Woda niegazowana \* (200g)
7. Gruszka(50g)

### obiad