

Przedszkole5/26

Ile dni	10
termin rozpoczęcia	2026-03-16
Posiłki	1. I śniadanie2. obiad3. podwieczorek
PrzypisanaGrupa żywieniowa	Nazwa grupy: Zespół Szkolno-Przedszkolny / PP**/ 1. Dziewczęta (wiek: 3 - 3; liczba: 10) 2. Chłopcy (wiek: 4 - 4; liczba: 17) 3. Dziewczęta (wiek: 3 - 3; liczba: 15) 4. Chłopcy (wiek: 5 - 5; liczba: 24) 5. Chłopcy (wiek: 6 - 6; liczba: 23) 6. Dziewczęta (wiek: 4 - 4; liczba: 10) 7. Dziewczęta (wiek: 5 - 5; liczba: 16) 8. Dziewczęta (wiek: 6 - 6; liczba: 20)
Norma na energię dla podanej grupy:	1263.38 Kcal
Wybrane posiłki mają zapewnić % dziennego zapotrzebowania według powyższej normy na energię:	60%
Wybrane posiłki mają zapewnić energię na poziomie z:	węglowodanów:50%, białka:15%, tłuszczów35%

2026-03-16 Poniedziałek

I śniadanie	obiad	podwieczorek
1. Chleb pszenno-żytni (30g) 2. Masło * (5g) 3. Jajecznicaduszona z szynką *ż (50g) 4. Pomidor (10g) 5. Bawarka* (150g) 6. Jabłko* (30g) 7. Woda niegazowana * (150g)	1. Zupa grochowa zabieleną z grzankami **/ż (125g) 2. Makaron z serem twarogowym * (130g) 3. kompot z owoców mieszanychŻ** (150g) 4. Banan(50g) 5. Woda niegazowana * (150g)	1. Budyń o smaku waniliowym *- wyrób własny (130g) 2. PałeczNIKukurydziane (4g)

I śniadanie	obiad	podwieczorek
-------------	-------	--------------

2026-03-17 Wtorek

I śniadanie	obiad	podwieczorek
1. Chleb ziarnisty * (54g) 2. Masło ekstra (5g) 3. Kornełki (35g) 4. Ketchup łagodny Pudliszki (5g) 5. kakao na mleku 2%* (150g) 6. Woda niegazowana * (150g) 7. Mandarynki (30g)	1. Zupa jarzynowa zabieleną z makaronem ** /ż (125g) 2. Kaszabulgur (80g) 3. Gulaszwołowy duszony */ż (80g) 4. Sałatka wiosenna * (50g) 5. Kompot truskawkowy* (150g) 6. Woda niegazowana * (150g)	1. Kisiel wieloowocowy - wyrób własny * (130g) 2. Biszkopty okrągłe (6g)

I śniadanie	obiad	podwieczorek
-------------	-------	--------------

2026-03-18 Środa

I śniadanie	obiad	podwieczorek
1. Chleb graham (30g) 2. Masło * (5g) 3. kurczak parzony (15g) 4. Pomidor (8g) 5. herbata z cytryną*ż (150g) 6. Płatki kukurydziane z mlekiem*/ż (120g) 7. Banan(30g) 8. Woda niegazowana * (150g)	1. Zacierkana rosole **/ż (125g) 2. Fasolkapo bretońskiego * (180g) 3. Chleb pszenny zwykły (60g) 4. kompot z owoców mieszanychŻ** (150g) 5. Woda niegazowana * (150g) 6. Mandarynki (50g)	1. Makaron z musem jabłkowym i cynamonem */ż (130g) 2. herbata z cytryną*ż (150g)

I śniadanie	obiad	podwieczorek
-------------	-------	--------------

2026-03-19 Czwartek

I śniadanie	obiad	podwieczorek
1. Chleb pszenno-żytni (54g) 2. Masło * (5g) 3. Twarożek z jogurtem naturalnym *ż (20g) 4. herbata z cytryną*ż (150g) 5. Mleko spożywcze2% tłuszczu (150g) 6. Kiwi (30g) 7. Woda niegazowana * (150g)	1. Zupa krupnik **/ż (135g) 2. Warzywana patelnię * (80g) 3. Bryzół z indyka (80g) 4. Kompot z wiśni (150g) 5. Woda niegazowana * (150g)	1. Drożdżówka z wiśnią * - wyrób własny (30g) 2. Mleko spożywcze2% tłuszczu (150g)

I śniadanie	obiad	podwieczorek
-------------	-------	--------------

2026-03-20 Piątek

I śniadanie	obiad	podwieczorek
1. kaszajaglana na mleku z musem jabłkowym*/ż (120g) 2. Chleb żytni jasny (30g) 3. Masło * (5g) 4. Pastajajeczna z rzodkiewką i szczypiorkiem */ż (20g) 5. herbata z cytryną*ż (150g) 6. Gruszka(30g) 7. Woda niegazowana * (150g)	1. Zupa kalafiorowa z makaronem **/z (140g) 2. Miruna filety panierowane smażone * (90g) 3. Ziemniaki * (90g) 4. Marchew mini (50g) 5. kompot z owoców mieszanychŻ** (150g) 6. Woda niegazowana * (150g) 7. Pomarańcza(50g)	1. Jogurt z czarnymi jagodami- wyrób własny * (140g) 2. Chrupki kukurydziane (3g) 3. Winogrona (25g)

I śniadanie	obiad	podwieczorek
-------------	-------	--------------

2026-03-23 Poniedziałek

I śniadanie	obiad	podwieczorek
1. Chleb pszenno-żytni (54g) 2. Masło * (5g) 3. Kielbasaparówkowa (30g) 4. Ketchup łagodny Pudliszki (5g) 5. herbata z cytryną*ż (150g) 6. Kawainka na mleku* (150g) 7. Winogrona bezpestkowe (30g)	1. Zupa krem z marchwi z groszkiem ptysiowym **/ż (130g) 2. Pierogi ruskie * (120g) 3. kompot z malin (150g) 4. Woda niegazowana * (150g) 5. Jabłko* (50g)	1. mus owocowy* (100g) 2. Biszkopty okrągłe (5g)

I śniadanie	obiad	podwieczorek
-------------	-------	--------------

2026-03-24 Wtorek

I śniadanie	obiad	podwieczorek
1. Kaszamanna na mleku */ż (120g) 2. Chleb graham (30g) 3. Masło * (5g) 4. Szynkawieprzowa gotowana (15g) 5. Pomidor (8g) 6. Sałata (6g) 7. Jabłko* (30g) 8. Woda niegazowana * (150g)	1. Zupa brokułowa z makaronem**/ż (130g) 2. Ziemniaki * (80g) 3. Kotlet schabowypanierowany * (80g) 4. Mizeria */ż (50g) 5. kompot z owoców mieszanychŻ** (150g) 6. Woda niegazowana * (150g)	1. Sałatka owocowa */ż 4 j/z (120g) 2. ciastka zbożowe* (6g)

I śniadanie	obiad	podwieczorek
-------------	-------	--------------

2026-03-25 Środa

I śniadanie	obiad	podwieczorek
1. Chleb żytni jasny (54g) 2. Masło * (5g) 3. Twarożekze szczypiorkiem i rzodkiewką */ż (30g) 4. Ogórek (10g) 5. mleko spożywcze2%*(150g) 6. Gruszka(30g) 7. Woda niegazowana * (150g)	1. Barszczczerwony klarowny z uszkami**/ż (130g) 2. Spaghetti Napoli (150g) 3. Kompot truskawkowy* (150g) 4. Woda niegazowana * (150g) 5. Jogurt pitny - naturalny* (300g)	1. Biszkopt z musem jabłkowym- wyrób własny (30g) 2. Kompot truskawkowy* (150g)

I śniadanie	obiad	podwieczorek
-------------	-------	--------------

2026-03-26 Czwartek

I śniadanie	obiad	podwieczorek
1. Chleb wieloziarnisty (54g) 2. Masło ekstra (5g) 3. Serzłoty Mazur Mlekpól (20g) 4. Pomidor (10g) 5. kakao na mleku 2%* (150g) 6. Banan(30g) 7. Woda niegazowana * (150g)	1. Rosółz makaronem **/ż (140g) 2. Kaszagryczano-jęczmienna*/ż (80g) 3. Filet z kurczakaduszony w sosie śmietanowym */ż (80g) 4. Buraczki* ż (50g) 5. kompot z owoców mieszanychŻ** (150g) 6. Woda niegazowana * (150g)	1. Jogurt truskawkowy - wyrób własny* ż (120g) 2. krążki ryżowe - naturalne (6g)

I śniadanie	obiad	podwieczorek
-------------	-------	--------------

2026-03-27 Piątek

I śniadanie	obiad	podwieczorek
1. płatki gryczane na mleku z musem jabłkowym*/ż (120g) 2. Chleb pszenno-żytni (30g) 3. Masło * (5g) 4. Jaja gotowane * (15g) 5. Ogórek (8g) 6. Woda niegazowana * (150g) 7. Kiwi (30g)	1. Zupa pomidorowa z passatyz makaronem */ż (130g) 2. Pulpety rybno-ryżowe w sosie szpinakowym (180g) 3. Surówka z kapusty pekińskiej z marchwią i kukurydzą. */ż (50g) 4. Woda niegazowana * (150g) 5. Kompot z wiśni (150g) 6. Pomarańcza(50g)	1. Drożdżówka z serem * - wyrób własny (30g) 2. Multiwitamina Sok Tymbark (150g)

I śniadanie	obiad	podwieczorek
-------------	-------	--------------