

Maj I

Ile dni	10
termin rozpoczęcia	2026-05-11
Posiłki	1. obiad
Przypisana Grupa żywieniowa	Nazwa grupy: Zespół Szkolno-Przedszkolny /SP**/ <ol style="list-style-type: none"> Chłopcy (wiek: 7 - 7; liczba: 10) Dziewczęta (wiek: 7 - 7; liczba: 13) Chłopcy (wiek: 8 - 8; liczba: 19) Dziewczęta (wiek: 8 - 8; liczba: 12) Chłopcy (wiek: 9 - 9; liczba: 14) Dziewczęta (wiek: 9 - 9; liczba: 10) Chłopcy (wiek: 10 - 10; liczba: 14) Dziewczęta (wiek: 10 - 10; liczba: 15) Chłopcy (wiek: 11 - 11; liczba: 14) Dziewczęta (wiek: 11 - 11; liczba: 14) Chłopcy (wiek: 12 - 12; liczba: 12) Dziewczęta (wiek: 12 - 12; liczba: 10) Chłopcy (wiek: 13 - 13; liczba: 18) Dziewczęta (wiek: 13 - 13; liczba: 10) Chłopcy (wiek: 14 - 14; liczba: 24) Dziewczęta (wiek: 14 - 14; liczba: 9) Chłopcy (wiek: 15 - 15; liczba: 27) Dziewczęta (wiek: 15 - 15; liczba: 15)
Norma na energię dla podanej grupy:	2058.19 Kcal
Wybrane posiłki mają zapewnić % dziennego zapotrzebowania według powyższej normy na energię:	30%
Wybrane posiłki mają zapewnić energię na poziomie z:	węglowodanów:50%, białka:15%, tłuszczów:35%

2026-05-11 Poniedziałek

obiad

- Zupa krem brokułowa z grzankami (200g)
- Spaghetti Carbonarra (280g)
- kompot z owoców mieszanych Ż** (200g)
- Woda niegazowana * (200g)

obiad

2026-05-12 Wtorek

obiad

- Zupa pomidorowa z ryżem (200g)
- Kaszabulgur (180g)
- Gulasz wołowy duszony */z (100g)
- Buraczki z chrzanem * (100g)
- Kompot truskawkowy* (200g)
- Woda niegazowana * (200g)

obiad

2026-05-13 Środa

obiad

- Zacierkana rosół **/z (180g)
- Naleśniki z serem twarogowym *z (180g)
- Woda niegazowana * (200g)
- Kompot z wiśni (200g)

obiad

2026-05-14 Czwartek

obiad

- Zupa krupnik **/z (180g)
- Warzywa na patelnię * (180g)
- Bryzol z indyka (100g)
- Salata zielona z sosem vinegret * (100g)
- kompot z malin (200g)
- Woda niegazowana * (200g)
- Kefir 2% tłuszczu (330g)

obiad

2026-05-15 Piątek

obiad

- Zupa kalafiorowa z makaronem **/z (200g)
- Pulpety rybne w sosie koperkowym (100g)
- Ziemniaki * (200g)
- Marchewka z groszkiem duszona *z (100g)
- Sok jabłkowy (200g)
- Woda niegazowana * (200g)
- Mus owocowy* (100g)

obiad

2026-05-18 Poniedziałek

obiad

- Zupa cygańska ** /z (180g)
- Chleb ziarnisty * (50g)
- Pierogi leniwe z musem truskawkowym (280g)
- Woda niegazowana * (200g)
- kompot z malin (200g)

obiad

2026-05-19 Wtorek

obiad

- Zupa z zielonego groszku z makaronem (200g)**
- Ziemniaki * (200g)
- Kotlet schabowy panierowany * (110g)
- Mizeria */z (100g)
- kompot z owoców mieszanych Ż** (200g)
- Woda niegazowana * (200g)

obiad

2026-05-20 Środa

obiad

- Zupa jarzynowa z ziemniakami # (200g)
- Makaron pełnoziarnisty z sosem pomidorowym , mięsem i warzywami (300g)
- Kompot truskawkowy* (200g)
- Woda niegazowana * (200g)
- Skyr naturalny* (330g)**

obiad

2026-05-21 Czwartek

obiad

- Rosół z makaronem **/z (200g)
- Kaszajęczmienna z kurczakiem i warzywami (300g)
- Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i jabłkiem.*/z (100g)
- Sok multiwitamina (200g)
- Woda niegazowana * (200g)

obiad

2026-05-22 Piątek

obiad

- Zupa krem z marchwi z groszkiem ptysiowym **/z (200g)
- Miruna filety panierowane smażone * (100g)
- Ziemniaki * (180g)
- Fasolkaszparagowa duszona * (100g)
- Woda niegazowana * (200g)
- Kompot z czarnej porzeczki */z (200g)

obiad