

Czerwiec

Ile dni	10
termin rozpoczęcia	2026-06-08
Posiłki	1. obiad
Przypisana Grupa żywieniowa	Nazwa grupy: Zespół Szkolno-Przedszkolny /SP**/ 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:	30%
Wybrane posiłki mają zapewnić energię na poziomie z:	węglowodanów :59%, białka :15%, tłuszczów 25%

2026-06-08 Poniedziałek

obiad

1. Zupa wiosenna z makaronem niezabielana (220g)
2. **Pierogi ruskie * / wyrób gotowy/ (210g)**
3. Sok jabłkowy (200g)
4. Woda niegazowana * (200g)

obiad

2026-06-09 Wtorek

obiad

1. Zupa krupnik **/z (220g)
2. Mięso z podudzia kurczaka (100g)
3. Ryżz warzywami* (180g)
4. Sałata zielona z sosem vinegret * (100g)
5. kompot z owoców mieszanychŻ** (200g)
6. Woda niegazowana * (200g)

obiad

2026-06-10 Środa

obiad

1. Kaszamanna na rosole**/z (220g)
2. Fasolkapo bretońsku * (220g)
3. Chleb graham (60g)
4. Woda niegazowana * (200g)
5. Sok multiwitamina (200g)

obiad

2026-06-11 Czwartek

obiad

1. Zupa pomidorowa zabieleną z ryżem **/z (220g)
2. Schab duszony w sosie własnym * (110g)
3. Kluski śląskie* (200g)
4. Buraczkiz chrzanem * (100g)
5. kompot z owoców mieszanychŻ** (200g)
6. Woda niegazowana * (200g)

obiad

2026-06-12 Piątek

obiad

1. Zupa brokułowa z makaronem**/z (220g)
2. Miruna filety panierowane smażone * (100g)
3. Ziemniaki * (200g)
4. Surówka z kapusty kiszzonej * z (100g)
5. Woda z cytryną , pomarańczą i miętą (200g)

obiad

2026-06-15 Poniedziałek

obiad

1. Zupa kalafiorowa z makaronem **/z (250g)
2. Pierogi leniwe z musem truskawkowym (220g)
3. Woda niegazowana * (200g)

obiad

2026-06-16 Wtorek

obiad

1. Zupa jarzynowa z ziemniakami niezabielana (220g)
2. Spaghetti z mięsa mieszanego Sp (220g)
3. Woda z cytryną , pomarańczą i miętą (200g)

obiad

2026-06-17 Środa

obiad

1. Rosół z makaronem **/z (220g)
2. Eskalopki drobiowe * (100g)
3. Ziemniaki * (200g)
4. Mizeria */z (100g)
5. kompot z owoców mieszanychŻ** (200g)

obiad

2026-06-18 Czwartek

obiad

1. Zupa krem z marchwi z groszkiem ptysowym **/z (220g)
2. Bitki wołowe duszone w sosie własnym** (110g)
3. Kaszagrzyczano-jęczmienna*/z (200g)
4. Surówka z ogórków kiszonych */z (100g)
5. Woda z cytryną , pomarańczą i miętą (100g)

obiad

2026-06-19 Piątek

obiad

1. Zupa grochowa z boczkiem i grzankami. sp. (220g)
2. Pulpety rybno-ryżowe w sosie pomidorowym * (220g)
3. Surówka z kapusty pekińskiej z marchwią i kukurydzą. */z (100g)
4. Sok multiwitamina (200g)
5. Woda niegazowana * (200g)

obiad