

# Szkoła \*6

Ile dni	9
termin rozpoczęcia	2024-11-11
Posiłki	<b>1. obiad</b>
Przypisana Grupa żywieniowa	Nazwa grupy: <b>Zespół Szkolno-Przedszkolny /SP*/</b> <b>1. Dzieci (wiek: 7 - 9; liczba: 114)</b> <b>2. Chłopcy (wiek: 10 - 12; liczba: 36)</b> <b>3. Chłopcy (wiek: 13 - 15; liczba: 33)</b> <b>4. Dziewczęta (wiek: 10 - 12; liczba: 38)</b> <b>5. Dziewczęta (wiek: 13 - 15; liczba: 38)</b> <b>6. Kobiety (wiek: 31 - 50; liczba: 21)</b> <b>7. Mężczyźni (wiek: 31 - 50; liczba: 3)</b>

Wybrane posiłki mają zapewnić energię **węglowodanów:60%**, **białka:15%**, **tluszczów:25%** na poziomie z:

2024-11-12 Wtorek

## **obiad**

- 1. Zupa pomidorowa zabelana z ryżem \*/ż (250g)**
- 2. Pierogi ruskie \* / wyrób gotowy/ (180g)**
- 3. Kompot z owoców mieszanych \* (250g)**
- 4. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)**

## **obiad**

2024-11-13 Środa

---

**obiad**

---

1. **Kapuśniak \* (250g)**
  2. **Chleb żytni jasny (35g)**
  3. **Placki ziemniaczane z sosem pieczarkowym\* (180g)**
  4. Surówka z marchewki i chrzanu\* (100g)
  5. Kompot z owoców mieszanych \* (250g)
  6. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)
- 

**obiad**

2024-11-14 Czwartek

---

**obiad**

---

1. **Zacierka na rosole \*/ż (250g)**
  2. **Warzywa na patelnię \* (250g)**
  3. **Filet z kurczaka panierowany \* (120g)**
  4. Kompot z owoców mieszanych \* (250g)
  5. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)
- 

**obiad**

2024-11-15 Piątek

---

**obiad**

---

1. **Zupa krupnik \*/ż (250g)**
  2. **Ziemniaki puree \* (180g)**
  3. **Miruna duszona w sosie szpinakowym \*/ż (130g)**
  4. Surówka z kapusty czerwonej \*/ż (100g)
  5. Kompot z owoców mieszanych \* (250g)
  6. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)
- 

**obiad**

2024-11-18 Poniedziałek

---

**obiad**

1. Zupa jarzynowa z ziemniakami \*/ż (250g)
2. **Spaghetti Carbonarra \*** (230g)
3. Kompot z owoców mieszanych \* (250g)
4. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)

---

**obiad**

2024-11-19 Wtorek

---

**obiad**

1. **Rosół z makaronem \*/ż (250g)**
2. Ziemniaki \* (180g)
3. **Kotlet schabowy panierowany \*** (120g)
4. Surówka z kapusty pekińskiej z marchwią i kukurydzą. \*/ż (100g)
5. Kompot z owoców mieszanych \* (250g)
6. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)

---

**obiad**

2024-11-20 Środa

---

**obiad**

1. **Barszcz czerwony klarowny z uszkami \*/ż (250g)**
2. **Ryż z jabłkami \*/ż (240g)**
3. kompot z owoców mieszanych Ż\* (250g)
4. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)

---

**obiad**

2024-11-21 Czwartek

---

**obiad**

1. **Zupa koperkowa z ryżem \*/ż (250g)**
2. **Kasza gryczano-jęczmienna\*/ż (170g)**
3. **Gulasz wieprzowy duszony \*/ż (130g)**

---

**obiad**

4. **Mizeria ze śmietaną \*/ż (100g)**
5. kompot z owoców mieszanych Ż\* (250g)
6. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)

---

**obiad**

2024-11-22 Piątek

---

**obiad**

1. **Zupa krem z kalafiora z grzankami \*/ż (250g)**
2. Ziemniaki \* (180g)
3. **Miruna filety panierowane smażone \* (120g)**
4. Surówka z kapusty kiszanej \* (100g)
5. kompot z owoców mieszanych Ż\* (250g)
6. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)

- W razie nie otrzymania w/w produktów jadłospis może ulec zmianie
- Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady( UE) wytłuszczonym drukiem wyróżniono składniki powodujące alergie lub reakcje nietolerancji.
- Dokładny jadłospis z gramaturą, kalorycznością i alergenami znajduje się na tablicy w stołówce szkolnej oraz u intendenta