

# Kwiecień III

Ile dni	10
termin rozpoczęcia	2026-04-27
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:	34%
Wybrane posiłki mają zapewnić energię na poziomie z:	<b>węglowodanów</b> :60%, <b>białka</b> :15%, <b>tłuszczów</b> 25%

## 2026-04-27 Poniedziałek

### obiad

1. Zupa ala chili con carne (220g)
2. Makaron z serem twarogowym \* (280g)
3. Kompot truskawkowy\* (200g)
4. Woda niegazowana \* (200g)

### obiad

## 2026-04-28 Wtorek

### obiad

1. Zupa krem pomidorowy z grzankami \* \*/z (220g)
2. Schab duszony w sosie własnym \* (100g)
  3. Ziemniaki puree \* \* (180g)
4. Kapusta biała duszona \*/z (100g)
5. Kompot z owoców mieszanych\* (200g)
6. Woda niegazowana \* (200g)

### obiad

## 2026-04-29 Środa

### obiad

1. Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami i jajkiem \*/z (220g)
2. Niby gołąbki siekane z sosem pomidorowym \* (220g)
  3. Kompot z wiśni (200g)
  4. Woda niegazowana \* (200g)
  5. **Skyr naturalny\* (300g)**

### obiad

## 2026-04-30 Czwartek

### obiad

1. Rosół z makaronem \*\*/z (220g)
2. Eskalopki drobiowe \* (110g)
  3. Ryż brązowy (200g)
4. Surówka z marchwi i pomarańczy \*/z (100g)
5. kompot z owoców mieszanychŻ\*\* (200g)
6. Woda niegazowana \* (200g)

### obiad

## 2026-05-01 Piątek

### obiad

### obiad

## 2026-05-04 Poniedziałek

### obiad

1. Zupa kalafiorowa z makaronem \*\*/z (220g)
2. Pierogi ruskie \* (280g)
3. kompot z owoców mieszanychŻ\*\* (200g)
4. Woda niegazowana \* (200g)

### obiad

## 2026-05-05 Wtorek

### obiad

1. **Zupa z zielonego groszku z makaronem (220g)**
2. Kotlet mielony z mięsa mieszanego. ( duszony z pieca ) (100g)
  3. Ziemniaki \* (200g)
  4. Mizeria \*/z (100g)
  5. kompot z malin (200g)
  6. Woda niegazowana \* (200g)

### obiad

## 2026-05-06 Środa

### obiad

1. Barszcz czerwony klarowny z uszkami \*\*/z (220g)
2. Ryż na mleku z jabłkami i cynamonem \*/z (300g)
  3. Kompot z czarnej porzeczki \*/z (200g)
  4. Woda niegazowana \* (200g)

### obiad

## 2026-05-07 Czwartek

### obiad

1. Zupa krem z kukurydzy z groszkiem ptysiowym \* (220g)
2. Gulasz indyka z warzywami (120g)
3. Kaszagryczano-jęczmienna\*/z (200g)
4. Surówka z ogórków kiszonych \*/z (100g)
5. Kompot truskawkowy\* (200g)
6. Woda niegazowana \* (200g)

### obiad

## 2026-05-08 Piątek

### obiad

1. Zupa jarzynowa zabieleną z ziemniakami \* \*/z \* (220g)
2. Miruna filety panierowane smażone\* (110g)
  3. Ziemniaki \* (200g)
4. Surówka z kapusty kiszonej \* z (100g)
5. Kompot z wiśni (200g)
6. Woda niegazowana \* (200g)

### obiad