

CZERWIEC

Ile dni	10
termin rozpoczęcia	2026-06-22
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:	2058.19 Kcal
Wybrane posiłki mają zapewnić % dziennego zapotrzebowania według powyższej normy na energię:	23%
Wybrane posiłki mają zapewnić energię na poziomie z:	węglowodanów:60%, białka:15%, tłuszczów:25%

2026-06-22 Poniedziałek

obiad

1. Zupa krupnik niezabielany (220g)
2. Makaron pełnoziarnisty z kurczakiem, suszonymi pomidorami w sosie szpinakowym (280g)
3. kompot z owoców mieszanych Ż** (200g)
4. Woda niegazowana * (200g)

obiad

2026-06-23 Wtorek

obiad

1. Zupa ziemniaczana tradycyjna * (220g)
2. Kasza gryczana-jęczmienna*/ż (200g)
3. Zrazy wieprzowe w sosie pomidorowym */ż (110g)
4. Surówka z białej kapusty z marchwią i majonezem A (100g)
5. Woda z cytryną , pomarańczą i miętą (200g)

obiad

2026-06-24 Środa

obiad

1. Barszcz czerwony klarowny z uszkami **/ż (220g)
2. Ryż biały (100g)
3. Ryż brązowy (100g)
4. Potrawka z kurczaka ż* (110g)
5. Surówka z marchwi z rodzynkami (100g)
6. Sok jabłkowy (200g)
7. Woda niegazowana * (200g)

obiad

2026-06-25 Czwartek

obiad

obiad

2026-06-26 Piątek

obiad

obiad

2026-06-29 Poniedziałek

obiad

obiad

2026-06-30 Wtorek

obiad

obiad

2026-07-01 Środa

obiad

obiad

2026-07-02 Czwartek

obiad

obiad

2026-07-03 Piątek

obiad

obiad