

KWIECIEŃ

Ile dni	10
termin rozpoczęcia	2026-04-13
Posiłki	1. I śniadanie 2. obiad 3. podwieczerek
Przypisana Grupa żywieniowa	Nazwa grupy: Zespół Szkolno-Przedszkolny / PP**/ 1. Dziewczęta (wiek: 3 - 3; liczba: 10) 2. Chłopcy (wiek: 4 - 4; liczba: 17) 3. Dziewczęta (wiek: 3 - 3; liczba: 15) 4. Chłopcy (wiek: 5 - 5; liczba: 24) 5. Chłopcy (wiek: 6 - 6; liczba: 23) 6. Dziewczęta (wiek: 4 - 4; liczba: 10) 7. Dziewczęta (wiek: 5 - 5; liczba: 16) 8. Dziewczęta (wiek: 6 - 6; liczba: 20)
Norma na energię dla podanej grupy:	1263.38 Kcal
Wybrane posiłki mają zapewnić % dziennego zapotrzebowania według powyższej normy na energię:	62%
Wybrane posiłki mają zapewnić energię na poziomie z:	węglowodanów:60%, białka:15%, tłuszczów:25%

2026-04-13 Poniedziałek

I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. Płatki kukurydziane z mlekiem*/z (130g) 2. Masło * (5g) 3. Chleb pszenno-żytni (34g) 4. Dżem truskawkowy niskosłodzony (5g) 5. Woda niegazowana * (150g) 6. Herbata z cytryną * (150g) 7. Ogórek (30g)	1. Zupa brokułowa zabieleną z ziemniakami **/z (130g) 2. Spaghetti bolognese z mięsem mieszanym i warzywami * (150g) 3. Kompot z owoców mieszanych* (150g) 4. Woda niegazowana * (150g) 5. Mandarynki (30g)	1. Budyń domowy o smaku czekoladowym - wyrób własny */z (130g) 2. Chrupki kukurydziane (6g) 3. Kiwi (20g)

I śniadanie	obiad	podwieczerek

2026-04-14 Wtorek

I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. Szynkawieprzowa gotowana (30g) 2. Chleb ziarnisty * (54g) 3. Masło * (5g) 4. mleko spożywcze2%*(150g) 5. Woda niegazowana * (150g) 6. Mandarynki (30g) 7. Pomidor (20g)	1. Zupa ogórkowa z ogórków kiszonych z ryżem **/ z (130g) 2. mięso z ud kurczaka bez skóry i kości z przyprawami duszone * z (80g) 3. Ziemniaki * (100g) 4. Mizeria */z (50g) 5. Kompot z wiśni (150g) 6. Woda niegazowana * (150g)	1. Mus truskawkowy - wyrób własny *z (130g) 2. krążki kukurydziane - naturalne (6g)

I śniadanie	obiad	podwieczerek

2026-04-15 Środa

I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. Chleb graham (54g) 2. Masło * (5g) 3. Kielbasaparówkowa (40g) 4. Ketchup łagodny Pudliszki (5g) 5. Woda niegazowana * (150g) 6. Kakao naturalne na mleku 2% sp (150g) 7. Marchew (30g)	1. Kaszamanna na rosale**/z (130g) 2. Fasolkapo bretońsku * (150g) 3. kompot z owoców mieszanychŻ** (150g) 4. Woda niegazowana * (150g) 5. Chleb graham (50g) 6. mus owocowy* (100g)	1. Podpłomyki bez dodatku cukru Kupiec (6g) 2. Sok jabłkowy (150g) 3. Winogrona bezpestkowe (20g)

I śniadanie	obiad	podwieczerek

2026-04-16 Czwartek

I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. kaszajaglana na mleku z rodzynkami */z (130g) 2. Chleb żytni jasny (34g) 3. Masło * (5g) 4. Pastaz tuńczyka i jajek */z (25g) 5. Ogórek kiszony (5g) 6. Herbata z cytryną * (150g) 7. Woda niegazowana * (150g) 8. Winogrona bezpestkowe (30g)	1. Zupa pomidorowa z ryżem (130g) 2. Kluski śląskie* (80g) 3. Karkówka duszona w ziołach z sosem własnym * (80g) 4. Surówka z kapusty czerwonej */z (50g) 5. Kompot truskawkowy* (150g) 6. Woda niegazowana * (150g)	1. Kluski na parze z nadzieniem * (30g) 2. Woda niegazowana * (150g)

I śniadanie	obiad	podwieczerek

2026-04-17 Piątek

I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. Chleb pszenno-żytni (54g) 2. Masło * (5g) 3. Pasztetowa aa (20g) 4. Ogórek (5g) 5. Bawarka* (150g) 6. Woda niegazowana * (150g) 7. Jabłko* (50g)	1. Zupa z zielonego groszku z makaronem **/z (150g) 2. Miruna filety panierowane smażone * (80g) 3. Ziemniaki * (100g) 4. Fasolkaszparagowa duszona * (50g) 5. kompot z owoców mieszanychŻ** (150g) 6. Woda niegazowana * (150g) 7. Banan(50g)	1. ciastka zbożowe* (8g) 2. Gruszka(30g) 3. Woda niegazowana * (150g)

I śniadanie	obiad	podwieczerek

2026-04-20 Poniedziałek

I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. Chleb ziarnisty * (50g) 2. Masło * (5g) 3. Twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką */z (30g) 4. Woda niegazowana * (150g) 5. Gruszka(30g) 6. Pomidor (5g) 7. Kawainka na mleku* (150g)	1. Zupa cygańska** + chleb (130g) 2. Pierogi z owocami - wyrób gotowy (150g) 3. kompot z owoców mieszanychŻ** (150g) 4. Woda niegazowana * (150g) 5. Pomarańcza(50g)	1. Kisieljabłkowy - wyrób własny * (150g) 2. Pałeczki kukurydziane (6g)

I śniadanie	obiad	podwieczerek

2026-04-21 Wtorek

I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. zupa mleczna z makaronem */z (150g) 2. Chleb żytni jasny (34g) 3. Masło * (5g) 4. Miód pszczeli sp (6g) 5. Herbata z cytryną * (150g) 6. Woda niegazowana * (150g) 7. Marchew (30g)	1. Rosół z makaronem **/z (150g) 2. Filet z indyka duszony w sosie własnym* (90g) 3. Ryżz warzywami* (90g) 4. Surówka z białej kapusty z marchwią i majonezem A (50g) 5. kompot z malin (150g) 6. Woda niegazowana * (150g)	1. Biszkopt z musem jabłkowym- wyrób własny (40g) 2. Woda niegazowana * (150g)

I śniadanie	obiad	podwieczerek

2026-04-22 Środa

I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. Chleb ziarnisty * (50g) 2. Masło * (5g) 3. Jaja gotowane * (25g) 4. Ogórek (5g) 5. Mleko spożywcze2% tłuszczu (150g) 6. Woda niegazowana * (150g) 7. Winogrona bezpestkowe (30g) 8. Pomidor (5g)	1. Zupa krem z zielonych warzyw z groszkiem ptysiowym **/z (130g) 2. Gulaszwołowy duszony */z (80g) 3. Kaszakuskus (80g) 4. kompot z owoców mieszanychŻ** (150g) 5. Woda niegazowana * (150g) 6. Kefir 2% tłuszczu (300g) 7. Pomidory krojone aa (50g)	1. Sałatka owocowa */z 3 (100g) 2. Pałeczki kukurydziane (6g)

I śniadanie	obiad	podwieczerek

2026-04-23 Czwartek

I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. Kaszamanna na mleku */z (130g) 2. Chleb pszenno-żytni (34g) 3. Masło * (5g) 4. kurczak parzony (20g) 5. Pomidor (5g) 6. Woda niegazowana * (150g) 7. Rzodkiewka(30g) 8. Herbata z cytryną * (150g)	1. Zupa jarzynowa z makaronem 2016 (130g) 2. Filet z kurczaka panierowany * (80g) 3. Ziemniaki * (100g) 4. Surówka z kapusty pekińskiej z marchwią i kukurydzą. */z (50g) 5. Kompot z czarnej porzeczki */z (150g) 6. Woda niegazowana * (150g) 7. Mandarynki (50g)	1. Jogurt wiśniowy domowy * z (130g) 2. Chrupki kukurydziane (6g)

I śniadanie	obiad	podwieczerek

2026-04-24 Piątek

I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. Chleb graham (54g) 2. Masło * (5g) 3. Serzółty gouda S(20g) 4. Ogórek kiszony (5g) 5. Kawainka na mleku* (150g) 6. Woda niegazowana * (150g) 7. Pomidor (30g)	1. Zupa kalafiorowa zabieleną z ryżem **/ z (130g) 2. Rybapo grecku 2016 (80g) 3. Makaron pełnoziarnisty (80g) 4. Sałatka wiosenna * (50g) 5. kompot z owoców mieszanychŻ** (150g) 6. Woda niegazowana * (150g) 7. Gruszka(50g)	1. wafle tortowe maślano- waniliowe (30g) 2. Kompot truskawkowy* (150g)

I śniadanie	obiad	podwieczerek