

Szkoła 5 *

Ile dni	8
termin rozpoczęcia	2024-10-28
Posiłki	1. obiad
Przypisana Grupa żywieniowa	Nazwa grupy: Zespół Szkolno-Przedszkolny /SP*/ 1. Dzieci (wiek: 7 - 9; liczba: 114) 2. Chłopcy (wiek: 10 - 12; liczba: 36) 3. Chłopcy (wiek: 13 - 15; liczba: 33) 4. Dziewczęta (wiek: 10 - 12; liczba: 38) 5. Dziewczęta (wiek: 13 - 15; liczba: 38) 6. Kobiety (wiek: 31 - 50; liczba: 21) 7. Mężczyźni (wiek: 31 - 50; liczba: 3)

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

2024-10-28 Poniedziałek

obiad

1. **Kasza manna na rosole */ż (250g)**
2. **Spaghetti z mięsem i warzywami * (200g)**
3. Kompot z owoców mieszanych * (250g)
4. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)

obiad

2024-10-29 Wtorek

obiad

1. **Zupa krem z brokułów z makaronem * (240g)**
2. Kasza jęczmienna wiejska . (180g)
3. **Gulasz wieprzowy duszony */ż (120g)**
4. Buraczki z chrzanem * (100g)
5. Kompot z owoców mieszanych * (250g)
6. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)

obiad

2024-10-30 Środa

obiad

1. **Zupa pomidorowa zabieleną z ryżem */ż (250g)**
2. **Łazanki z kapustą * (180g)**
3. Kompot z owoców mieszanych * (250g)
4. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)

obiad

2024-11-04 Poniedziałek

obiad

1. **Zupa cygańska * (260g)**
2. **Ryż na mleku z sosem jogurtowo - truskawkowym * (180g)**
3. Kompot z owoców mieszanych * (250g)
4. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)

obiad

2024-11-05 Wtorek

obiad

1. **Zupa krem z marchwi z groszkiem ptysiowym * (250g)**
2. Ziemniaki * (180g)
3. **Eskalopki drobiowe * (120g)**
4. Surówka wiosenna */ż (100g)
5. Kompot z owoców mieszanych * (250g)
6. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)

obiad

2024-11-06 Środa

obiad

1. **Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami */ż (260g)**
2. **Niby gołąbki siekane z sosem koperkowym * (200g)**
3. Kompot z owoców mieszanych * (250g)
4. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)

obiad

2024-11-07 Czwartek

obiad

1. **Zupa pieczarkowa z kaszą * (250g)**
2. **Makaron z filetem z indyka brokulem, i sosem śmietanowym */ż (230g)**
3. Kompot z owoców mieszanych * (150g)
4. Woda niegazowana Kuracjusz (150g)

obiad

2024-11-08 Piątek

obiad

1. **Zupa grochowa z makaronem */ż (250g)**
2. **Ziemniaki puree * (190g)**
3. **Miruna filety panierowane smażone * (120g)**
 4. Surówka z kapusty kiszonej * (100g)
 5. Kompot z owoców mieszanych * (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