

Marzec 3

Ile dni	10
termin rozpoczęcia	2026-03-30
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:	2058.19Kcal
Wybrane posiłki mają zapewnić % dziennego zapotrzebowania według powyższej normy na energię:	21%
Wybrane posiłki mają zapewnić energię na poziomie z:	węglowodanów:60%, białka:15%, tłuszczów:25%

2026-03-30 Poniedziałek

obiad

1. Zupa jarzynowa zabieleną z makaronem ** / z (220g)
2. Ryż na mleku z sosem jogurtowo - truskawkowym * (280g)
3. kompot z owoców mieszanychŻ** (200g)
4. Woda niegazowana * (200g)
5. Banan (50g)

obiad

2026-03-31 Wtorek

obiad

1. Zacierkana rosole **/ z (220g)
2. Kaszabulgur (170g)
3. Pulpety z indyka w sosie warzywnym (100g)
4. Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora i ogórka/ z (100g)
5. kompot z malin (200g)
6. Woda niegazowana * (200g)
7. mus owocowy* (100g)

obiad

2026-04-01 Środa

obiad

1. Barszczbiały z jajkiem i kiełbasą wiejską ż* (230g)
2. Łazankiz kapusta, mięsem i boczkiem * (280g)
3. kompot z owoców mieszanychŻ** (200g)
4. Woda niegazowana * (200g)

obiad

2026-04-02 Czwartek

obiad

obiad

2026-04-03 Piątek

obiad

obiad

2026-04-06 Poniedziałek

obiad

obiad

2026-04-07 Wtorek

obiad

obiad

2026-04-08 Środa

obiad

1. Zupa krupnik **/ z (220g)
2. Bigos * (280g)
3. **Bułki grahamki (80g)**
4. kompot z owoców mieszanychŻ** (200g)
5. Woda niegazowana * (200g)
6. Pomarańcza(50g)

obiad

2026-04-09 Czwartek

obiad

1. Zupa ziemniaczana tradycyjna * (230g)
2. Eskalopki drobiowe * (100g)
3. Ryż z warzywami* (180g)
4. Sałata zielona z sosem vinegret * (100g)
5. Kompot truskawkowy* (200g)
6. Woda niegazowana * (200g)

obiad

2026-04-10 Piątek

obiad

1. Zupa kalafiorowa zabieleną z ryżem **/ z (220g)
2. Dorsz, pulpety *z (100g)
3. Ziemniaki * (180g)
4. Surówka z kapusty kiszzonej * z (100g)
5. kompot z owoców mieszanychŻ** (200g)
6. Jabłko* (50g)

obiad