

Raport Listopad II

Ile dni	10
termin rozpoczęcia	2023-11-06
Posiłki	1. obiad
Przypisana Grupa żywieniowa	Nazwa grupy: Szkoła Podstawowa 2023/24 1. Dzieci (wiek: 7 - 9; liczba: 49) 2. Chłopcy (wiek: 10 - 12; liczba: 23) 3. Dziewczęta (wiek: 10 - 12; liczba: 22) 4. Chłopcy (wiek: 13 - 15; liczba: 8) 5. Dziewczęta (wiek: 13 - 15; liczba: 7)
Norma na energię dla podanej grupy:	2116.97Kcal
Wybrane posiłki mają zapewnić % dziennego zapotrzebowania według powyższej normy na energię:	20%
Wybrane posiłki mają zapewnić energię na poziomie z:	węglowodanów:60%, białka:15%, tłuszczów:25%

2023-11-06 Poniedziałek

obiad
1. Zupa jarzynowa z ryżem zabelana (180g) 2. Pietruszkanatka (5g) 3. Pierogi z truskawkami i śmietaną (250g) 4. Kompot z owoców mieszanych(200g)
obiad

2023-11-07 Wtorek

obiad
1. Zupa koperkowa z makaronem . (250g) 2. Spagetti bolonese (200g) 3. Kompot wiśniowy (100g)
obiad

2023-11-08 Środa

obiad
1. Kapuśniak z wafłką mięsną (350g) 2. Bułki na parze z marmoladą (200g) 3. Kompot z jabłek (200g)
obiad

2023-11-09 Czwartek

obiad
1. Rosół drobiowy z makaronem nitki (250g) 2. Pietruszkanatka (5g) 3. Kotlety z kurczaka panierowane (100g) 4. Ziemniaki z masłem i koperkiem (200g) 5. Surówka z pomidorów (100g) 6. Kompot z owoców mieszanych(200g)
obiad

2023-11-10 Piątek

obiad
1. Zupa kalafiorowa z makaronem (250g) 2. Pietruszkanatka (5g) 3. Jaja w sosie chrzanowym (100g) 4. Ziemniaki z masłem i koperkiem (200g) 5. Surówka z marchwi i jabłek (100g) 6. Kompot truskawkowy (200g)
obiad

2023-11-13 Poniedziałek

obiad
1. Zupa pomidorowa zabelana z ryżem (250g) 2. Pietruszkanatka (5g) 3. Pierogi ruskie z masłem i cebulką (220g) 4. Kompot z owoców mieszanych(200g)
obiad

2023-11-14 Wtorek

obiad
1. Rosół makaronem gwiazdki (220g) 2. Pietruszkanatka (5g) 3. Kotlet schabowy(100g) 4. Ziemniaki z masłem i koperkiem (200g) 5. Surówka z kapusty pekińskiej. (100g) 6. Kompot wiśniowy (200g)
obiad

2023-11-15 Środa

obiad
1. Fasolka bretońska (350g) 2. Chleb pszenny zwykły (100g) 3. talerz owoców - deser (100g)
obiad

2023-11-16 Czwartek

obiad
1. Zupa ogórkowa z ziemniakami (250g) 2. Gołąbki bez zawijania w sosie pieczarkowym (250g) 3. Kompot truskawkowy (200g)
obiad

2023-11-17 Piątek

obiad
1. Zupa krem brokułowa z grzankami (260g) 2. Makaron z musem jabłkowym (250g) 3. Kompot z porzeczki czerwonej (200g)
obiad