

# Raport Listopad IV

Ile dni	10
termin rozpoczęcia	2023-11-27
Posiłki	1. I śniadanie 2. obiad 3. podwieczerek
Przypisana Grupa żywieniowa	Nazwa grupy: <b>Publiczne Przedszkole 2023/24</b> 1. Dzieci (wiek: 4 - 6; liczba: 72) 2. Dzieci (wiek: 4 - 6; liczba: 1)
Norma na energię dla podanej grupy:	1400Kcal
Wybrane posiłki mają zapewnić % dziennego zapotrzebowania według powyższej normy na energię:	60%
Wybrane posiłki mają zapewnić energię na poziomie z:	<b>węglowodanów:60%, białka:15%, tłuszczów:25%</b>

## 2023-11-27 Poniedziałek

I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. Chleb wieloziarnisty (66.67g) 2. Masło ekstra (4.17g) 3. ser zioły mazur (41.67g) 4. Herbata z cytryną i miodem (83.33g) 5. Kakao naturalne na mleku 3,2% bez cukru (83.33g)	1. Zupa jarzynowa z ryżem zabieleną (125g) 2. Pietruszkanatka (4.17g) 3. Makaron z serem półtłustym (166.67g) 4. Kompot z owoców mieszanych (83.33g)	1. Banan (41.67g)
I śniadanie	obiad	podwieczerek

## 2023-11-28 Wtorek

I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. Zupa mleczna z makaronem (121.95g) 2. kanapki z masłem i dżemem (81.3g) 3. Herbata z cytryną i miodem (81.3g)	1. Rosół z makaronem gwiazdki (121.95g) 2. Pietruszkanatka (4.07g) 3. Kotlet mielony z mięsa mieszanego, smażony (65.04g) 4. Ziemniaki z masłem i koperkiem (121.95g) 5. Surówka z kapusty kwaszonej r.w (40.65g) 6. Kompot wiśniowy (81.3g)	1. Jogurt naturalny 2% tłuszczu (105.69g)
I śniadanie	obiad	podwieczerek

## 2023-11-29 Środa

I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. Chleb pszenny zwykły (72.07g) 2. Masło ekstra (4.5g) 3. Kaszanka (45.05g) 4. Herbata z cytryną i miodem (90.09g)	1. Zupa cygańska (135.14g) 2. Bułki na parze z marmoladą (135.14g) 3. Kompot truskawkowy (90.09g)	1. Budyń domowy o smaku waniliowym (90.09g)
I śniadanie	obiad	podwieczerek

## 2023-11-30 Czwartek

I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. Chleb pszenno-żytni (71.43g) 2. Masło ekstra (4.46g) 3. Parówki Berlinki Classid Morliny (44.64g) 4. Ketchup łagodny Pudliszki (4.46g) 5. Herbata z cytryną i miodem (89.29g) 6. Kawa inka na mleku 3,2% (89.29g)	1. Zupa koperkowa z makaronem . (133.93g) 2. Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z ryżem (178.57g) 3. Kompot z owoców mieszanych (89.29g)	1. gofry puste (44.64g)
I śniadanie	obiad	podwieczerek

## 2023-12-01 Piątek

I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. Tosty francuskie (70.18g) 2. Miód pszczeli (4.39g) 3. Dżem brzoskwiniowy niskosłodzony (8.77g) 4. Dżem truskawkowy niskosłodzony (8.77g) 5. Kakao naturalne na mleku 3,2% bez cukru (87.72g)	1. Zupa krem z białych warzyw (131.58g) 2. Grzanki pszenne (4.39g) 3. Nalesniki z musem truskawkowym i bitą śmietaną (131.58g) 4. Kompot z porzeczki czerwonej (87.72g)	1. Paluszki z sezamem BALVITEN (87.72g)
I śniadanie	obiad	podwieczerek

## 2023-12-04 Poniedziałek

I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. bułka kajzerka (35.97g) 2. Masło ekstra (3.6g) 3. Miód pszczeli (7.19g) 4. Dżem truskawkowy niskosłodzony (7.19g) 5. Kakao naturalne na mleku 3,2% bez cukru (71.94g)	1. Zupa kalafiorowa z ryżem zabieleną (107.91g) 2. Pietruszkanatka (3.6g) 3. Pierogi z mięsem z boczkiem i cebulką (143.88g) 4. Kompot wiśniowy (71.94g)	1. Andrut z masą kakaową (35.97g)
I śniadanie	obiad	podwieczerek

## 2023-12-05 Wtorek

I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. Zupa mleczna z kaszą manną (205.48g) 2. kanapki z masłem i dżemem (68.49g) 3. Herbata z cytryną i miodem (136.99g)	1. Rosół drobiowy z makaronem (205.48g) 2. Pietruszkanatka (6.85g) 3. kluski śląskie (205.48g) 4. Bitki wołowe w jarzynach duszone (109.59g) 5. Sałatka z kapusty czerwonej z jabłkiem (68.49g) 6. Kompot z jabłek (136.99g)	1. Kisiel domowy o smaku truskawkowym (136.99g)
I śniadanie	obiad	podwieczerek

## 2023-12-06 Środa

I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. Chleb pszenno-żytni (61.07g) 2. Masło ekstra (3.82g) 3. Szynka konserwowa drobiowa Morliny (7.63g) 4. Pomidor (3.82g) 5. Herbata z cytryną i miodem (76.34g)	1. Zupa pieczarkowa z kaszą (114.5g) 2. Pietruszkanatka (3.82g) 3. Spagetti carbonara (152.67g) 4. Kompot truskawkowy (76.34g)	1. Rogaliki drożdżowe z marmoladą (38.17g)
I śniadanie	obiad	podwieczerek

## 2023-12-07 Czwartek

I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. Chleb wieloziarnisty (93.02g) 2. Jaja gotowane ze szczypiorkiem (23.26g) 3. Ogórek (11.63g) 4. Herbata z cytryną i miodem (116.28g) 5. Kakao naturalne na mleku 3,2% bez cukru (116.28g)	1. Rosół drobiowy z kaszą manna (174.42g) 2. Pietruszkanatka (5.81g) 3. Pulpety z mięsa mieszanego w sosie pomidorowym (93.02g) 4. Ziemniaki z masłem i koperkiem (174.42g) 5. Surówka z kapusty pekińskiej. (58.14g) 6. Kompot truskawkowy (116.28g)	1. WAFLE RYZOWE ZE SŁONECZNIKAMI (34.88g)
I śniadanie	obiad	podwieczerek

## 2023-12-08 Piątek

I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. Chleb wieloziarnisty (82.47g) 2. Masło ekstra (5.15g) 3. Pastaz tuńczyka (20.62g) 4. Herbata z cytryną i miodem (103.09g)	1. Barszcz ukraiński (154.64g) 2. Makaron z musem jabłkowym (154.64g) 3. Kompot z owoców mieszanych (103.09g)	1. Pomarańcza (51.55g)
I śniadanie	obiad	podwieczerek