

Raport MARZECIA

Ile dni	10
termin rozpoczęcia	2024-03-11
Posiłki	1. I śniadanie 2. obiad 3. podwieczerek
Przypisana Grupa żywieniowa	Nazwa grupy: Publiczne Przedszkole 2023/24 1. Dzieci (wiek: 4 - 6; liczba: 57) 2. Dzieci (wiek: 1 - 3; liczba: 13)
Norma na energię dla podanej grupy:	1325.71Kcal
Wybrane posiłki mają zapewnić % dziennego zapotrzebowania według powyższej normy na energię:	60%
Wybrane posiłki mają zapewnić energię na poziomie z:	węglowodanów:60%, białka:15%, tłuszczów:25%

2024-03-11 Poniedziałek

I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. Chleb pszenno-żytni (80g) 2. Masło ekstra (5g) 3. Dżem truskawkowy niskosłodzony (10g) 4. płatki kukurydziane z mlekiem (100g)	1. Zupa cygańska(250g) 2. Pietruszkanatka (5g) 3. Knedle ze śliwkami IŻŻ (250g) 4. Kompot z owoców mieszanych(100g)	1. Banan (80g)
I śniadanie	obiad	podwieczerek

2024-03-12 Wtorek

I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. Chleb pszenno-żytni (80g) 2. Masło ekstra (5g) 3. Szynkawiejska (50g) 4. Ogórek kiszony (20g) 5. Herbata z cytryną i miodem (100g)	1. Rosółowa z ryżem (250g) 2. Pietruszkanatka (5g) 3. Spagetti bolonese (300g) 4. Kompot z jabłek (100g)	1. jagodzianka - drożdżówka z jagodami (50g) 2. Sok marchwiowo-jabłkowy (100g)
I śniadanie	obiad	podwieczerek

2024-03-13 Środa

I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. Bułki grahamki (50g) 2. Parówki z szynki Tarczyński(80g) 3. Ketchup łagodny Pudliszki (5g) 4. Herbata z cytryną i miodem (100g)	1. Żurek z kielbasą (250g) 2. Chleb pszenny zwykły (50g) 3. Filet z indyka duszony w sosie własnym (80g) 4. Ryż z warzywami (150g) 5. Kompot wiśniowy (100g)	1. gofry (50g)
I śniadanie	obiad	podwieczerek

2024-03-14 Czwartek

I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. Tosty francuskie (80g) 2. Ketchup łagodny Pudliszki (10g) 3. Bułki pszenne zwykłe (50g) 4. Masło ekstra (5g) 5. Mleko spożywcze 2% tłuszczu (100g)	1. Rosół z ciastem lanym (250g) 2. Pietruszkanatka (5g) 3. Udka z kurczaka pieczone (80g) 4. Ziemniaki z masłem i koperkiem (150g) 5. Mizeria ze śmietaną (50g) 6. Kompot truskawkowy (100g)	1. Budyń domowy o smaku waniliowym (100g)
I śniadanie	obiad	podwieczerek

2024-03-15 Piątek

I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. Chleb pszenno-żytni (80g) 2. Masło ekstra (5g) 3. Pasta z tuńczyka (30g) 4. Pomidor (50g) 5. Herbata z cytryną i miodem (100g)	1. Zupa ogórkowa z ziemniakami (250g) 2. Łazanki z kapustą (250g) 3. Kompot z owoców mieszanych(100g)	1. Gruszka(50g)
I śniadanie	obiad	podwieczerek

2024-03-18 Poniedziałek

I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. Pankejkki z miodem (80g) 2. Kakao naturalne na mleku 2% bez cukru (100g)	1. Zupa ziemniaczana tradycyjna (250g) 2. Pietruszkanatka (5g) 3. Pierogi z serem twarogowym z masłem i cukrem (250g) 4. Kompot z owoców mieszanych(100g)	1. Jabłko (50g)
I śniadanie	obiad	podwieczerek

2024-03-19 Wtorek

I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. Bułki pszenne zwykłe (60g) 2. Masło ekstra (5g) 3. Twarożek ze szczypiorkiem, rzodkiewką i ogórkiem (30g) 4. Herbata z cytryną i miodem (100g)	1. uszka z mięsem (250g) 2. Pietruszkanatka (5g) 3. Kaszawiejska (80g) 4. Kaszagryczana (80g) 5. Gulasz wołowy, duszony (80g) 6. Buraczkiz papryką (50g)	1. Ciasto murzynek (50g)
I śniadanie	obiad	podwieczerek

2024-03-20 Środa

I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. Chleb pszenny (80g) 2. Masło ekstra (5g) 3. Szynka z piersi kurczaka (20g) 4. Pomidor (5g) 5. Herbata z cytryną i miodem (100g)	1. Zupa krem brokułowa z grzankami (250g) 2. pulpety wieprzowe w sosie pieczarkowym (80g) 3. Ziemniaki z masłem i koperkiem (150g) 4. Sałata zielona z sosem vinegrett (50g)	1. Kisiel domowy o smaku wiśniowym (100g) 2. Herbatniki (30g)
I śniadanie	obiad	podwieczerek

2024-03-21 Czwartek

I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. Chleb pszenny zwykły (80g) 2. Masło ekstra (5g) 3. Kornełki (50g) 4. Ketchup łagodny Pudliszki (5g) 5. Herbata z cytryną i miodem (100g)	1. Rosół drobiowy z makaronem nitki (250g) 2. Pietruszkanatka (5g) 3. Warzywa na patelnię (150g) 4. Kotlety z kurczaka panierowane (80g)	1. Muffinki jogurtowe (50g)
I śniadanie	obiad	podwieczerek

2024-03-22 Piątek

I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. Chleb pszenny (80g) 2. Masło ekstra (5g) 3. Jajecznica z szczypiorkiem (50g) 4. Herbata z cytryną i miodem (100g)	1. Zupa fasolowa z makaronem (250g) 2. Pietruszkanatka (5g) 3. Miruna filety panierowane smażone (80g) 4. Ziemniaki z masłem i koperkiem (150g) 5. Surówka z kapusty kwaszonej r.w (50g)	1. Mandarynki (50g)
I śniadanie	obiad	podwieczerek