

Raport Październiki

Ile dni	10
termin rozpoczęcia	2023-10-02
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%

2023-10-02 Poniedziałek

obiad
1. Zupa pomidorowa zabelana z ryżem (92.5g) 2. Pietruszkanatka (3.09g) 3. Racuchy drożdżowe z jabłkami (92.5g) 4. Kompot z owoców mieszanych (61.67g)
obiad

2023-10-03 Wtorek

obiad
1. Zupa jarzynowa zabelana (140.58g) 2. Pietruszkanatka (4.69g) 3. Gulasz wieprzowy, duszony (74.98g) 4. kaszajęczmienna (37.48g) 5. Kaszagryczana (37.48g) 6. Buraczki z chrzanem (46.86g) 7. Kompot wiśniowy (93.72g)
obiad

2023-10-04 Środa

obiad
1. Fasolka bretońska (126.94g) 2. Chleb pszenny zwykły (42.32g) 3. Kompot truskawkowy (84.62g) 4. Banan (42.32g)
obiad

2023-10-05 Czwartek

obiad
1. Rosół drobiowy z makaronem tartym (142.94g) 2. Pietruszkanatka (4.77g) 3. Miruna filety panierowane smażone (76.23g) 4. Ziemniaki z masłem i koperkiem (95.29g) 5. Surówka z kapusty kwaszonej r.w (47.65g) 6. Kompot z jabłek (95.29g)
obiad

2023-10-06 Piątek

obiad
1. Zupa krupnik zabelana (101.76g) 2. Pietruszkanatka (3.4g) 3. Pierogi z serem twarogowym z masłem i cukrem (101.76g) 4. Kompot z owoców mieszanych (67.84g)
obiad

2023-10-09 Poniedziałek

obiad
1. Zupa ziemniaczana tradycyjna (134.09g) 2. Pietruszkanatka (4.47g) 3. Ryż z truskawkami i śmietaną (178.78g) 4. Kompot z jabłek (89.39g)
obiad

2023-10-10 Wtorek

obiad
1. Rosół drobiowy z makaronem nitki (146.39g) 2. Pietruszkanatka (4.88g) 3. pulpety wieprzowe w sosie pieczarkowym (78.07g) 4. Ziemniaki z masłem i koperkiem (97.6g) 5. sałatka obiadowa (48.8g)
obiad

2023-10-11 Środa

obiad
1. Barszcz czerwony z uszkami (100.26g) 2. Pietruszkanatka (3.35g) 3. Bułki na parze z marmoladą (133.69g) 4. Kompot truskawkowy (66.85g)
obiad

2023-10-12 Czwartek

obiad
1. Rosół makaronem gwiazdki (173.61g) 2. Pietruszkanatka (5.79g) 3. Bigos (92.59g) 4. Ziemniaki z masłem i koperkiem (115.74g) 5. Kompot truskawkowy (115.74g)
obiad

2023-10-13 Piątek

obiad
1. Zupa ogórkowa z ogórków kwaszonych ryżem (120.81g) 2. Makaron z musem jabłkowym (120.81g) 3. Kompot z owoców mieszanych (80.54g)
obiad