

Raport Styczeń

Ile dni	9
termin rozpoczęcia	2024-01-02
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%, tłuszczów25%

2024-01-02 Wtorek

obiad
1. Zupa jarzynowa zabelana (132.93g) 2. Pietruszkanatka (4.43g) 3. Pierogi ruskie z masłem i cebulką (177.24g) 4. Kompot z owoców mieszanych(88.63g)
obiad

2024-01-03 Środa

obiad
1. Zupa pomidorowa zabelana z makaronem (109.36g) 2. Pietruszkanatka (3.65g) 3. Kotlet mielony z mięsa mieszanego. smażony (58.32g) 4. Ziemniaki z masłem i koperkiem (145.81g) 5. sałatka obiadowa (36.45g) 6. Kompot truskawkowy (72.91g)
obiad

2024-01-04 Czwartek

obiad
1. Rosół makaronem gwiazdki (102.7g) 2. Pietruszkanatka (3.43g) 3. Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z ryżem (171.17g) 4. Kompot wiśniowy (68.47g)
obiad

2024-01-05 Piątek

obiad
1. Barszczbiały zabelany z jajkiem (135.11g) 2. Nalesniki z musem truskawkowym i bitą śmietaną (180.15g) 3. Kompot z jabłek (90.07g)
obiad

2024-01-08 Poniedziałek

obiad
1. Zupa ziemniaczana tradycyjna (121.95g) 2. Pietruszkanatka (4.07g) 3. Makaron z serem półtłustym (121.95g) 4. Kompot z owoców mieszanych(81.3g)
obiad

2024-01-09 Wtorek

obiad
1. Rosółdrobiowy z makaronem tartym (128.43g) 2. Pietruszkanatka (4.28g) 3. Gulaszwołowy. duszony(68.49g) 4. kaszajęczmienna (42.81g) 5. Kaszagryczana (42.81g) 6. Buraczki z papryką (42.81g) 7. Kompot wiśniowy (85.62g)
obiad

2024-01-10 Środa

obiad
1. Fasolkapo bretońsku (148.57g) 2. Chleb pszenny zwykły (37.14g) 3. Kompot truskawkowy (74.28g)
obiad

2024-01-11 Czwartek

obiad
1. Zupa koperkowa z makaronem . (189.96g) 2. Bigos (101.32g) 3. Ziemniaki z masłem i koperkiem (126.64g) 4. Kompot z owoców mieszanych(126.64g)
obiad

2024-01-12 Piątek

obiad
1. Zupa ogórkowa z ziemniakami (90.85g) 2. Spagetti carbonara (121.14g) 3. Kompot z jabłek (60.57g)
obiad