

Raport STYCZEŃ

Ile dni	10
termin rozpoczęcia	2024-01-15
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%

2024-01-15 Poniedziałek

obiad
1. Zupa pieczarkowa z kaszą (150g) 2. Pietruszkanatka (1.06g) 3. Pierogi z truskawkami i śmietaną (143.81g) 4. Kompot z owoców mieszanych(55.03g)
obiad

2024-01-16 Wtorek

obiad
1. Rosół drobiowy z makaronem nitki (151.24g) 2. Pietruszkanatka (5.05g) 3. Bigos (100.83g) 4. Ziemniaki z masłem i koperkiem (100.83g) 5. Kompot wiśniowy (100.83g)
obiad

2024-01-17 Środa

obiad
1. Żurek na zakwasie z kielbasą zabelany (97.05g) 2. Chleb pszenny zwykły (32.35g) 3. Bułki na parze z marmoladą (129.4g) 4. Kompot truskawkowy (64.7g)
obiad

2024-01-18 Czwartek

obiad
1. Rosół drobiowy z kaszą manna (168.09g) 2. Pietruszkanatka (5.6g) 3. Miruna filety panierowane smażone (89.64g) 4. Ziemniaki z masłem i koperkiem (168.09g) 5. Surówka z kapusty kwaszonej r.w (56.03g) 6. Kompot wiśniowy (112.05g)
obiad

2024-01-19 Piątek

obiad
1. Zupa krupnik zabelana (84.51g) 2. Pietruszkanatka (2.82g) 3. Makaron z musem jabłkowym (140.85g) 4. Kompot truskawkowy (56.34g)
obiad

2024-01-22 Poniedziałek

obiad
1. Zupa kalafiorowa z makaronem (110.74g) 2. Pietruszkanatka (3.69g) 3. Ryż z truskawkami i śmietaną (147.66g) 4. Kompot wiśniowy (73.83g)
obiad

2024-01-23 Wtorek

obiad
1. Rosół makaronem gwiazdki (124.34g) 2. Pietruszkanatka (4.15g) 3. Kotlet schabowy(66.31g) 4. Warzywa na patelnię (207.22g) 5. Kompot z owoców mieszanych(82.89g)
obiad

2024-01-24 Środa

obiad
1. Kapuśniak z włódką mięsna (109.27g) 2. Racuchy drożdżowe z jabłkami (109.27g) 3. Kompot z jabłek (43.71g)
obiad

2024-01-25 Czwartek

obiad
1. Rosół z ryżem (175.44g) 2. Pietruszkanatka (5.85g) 3. Spagetti bolonese (233.92g) 4. Kompot z porzeczki czerwonej (116.96g)
obiad

2024-01-26 Piątek

obiad
1. Zupa fasolowa z makaronem (166.12g) 2. Pietruszkanatka (5.53g) 3. Kopytka (110.74g) 4. Surówka z marchwi i jabłek (66.44g) 5. Kompot truskawkowy (110.74g)
obiad