

Raport 3SZ.18.01.-29.01.2021szkoła

Ile dni	10
termin rozpoczęcia	2021-01-18
Posiłki	1. obiad
Przypisana Grupa żywieniowa	Nazwa grupy: SZKOŁA2020/2021 1. Dzieci (wiek: 7 - 9; liczba: 61) 2. Dziewczęta (wiek: 10 - 12; liczba: 28) 3. Chłopcy (wiek: 10 - 12; liczba: 28) 4. Dziewczęta (wiek: 13 - 15; liczba: 13) 5. Chłopcy (wiek: 13 - 15; liczba: 13)
Norma na energię dla podanej grupy:	2144.41Kcal
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%

2021-01-18 Poniedziałek

obiad
1. Zupa krupnik 2016 (250g) 2. bułka wrocławska z serem (50g) 3. mus z jogurtem (100g)
obiad

2021-01-19 Wtorek

obiad
1. Makaron Shreka (300g) 2. kompot owocowy z porzeczką czarną (250g) 3. Kiwi (80g)
obiad

2021-01-20 Środa

obiad
1. surówka z buraczków (130g) 2. Woda z cytryną 2016 (250g) 3. Schab pieczony z rękawa 2016 (100g) 4. Kaszagryczana prazowa Risana (40g) 5. Kaszajęczmienna perłowa Kupiec (30g)
obiad

2021-01-21 Czwartek

obiad
1. BARSZCZUKRAIŃSKIZ MLEKIEM (250g) 2. bułka wrocławska z serem (50g) 3. Jabłko (100g)
obiad

2021-01-22 Piątek

obiad
1. Paluszki rybne panierowane (100g) 2. Ziemniaki późne z koperkiem i mlekiem (150g) 3. Surówka z kapusty białej 2016 (130g) 4. kompot owocowy z porzeczką czarną (250g)
obiad

2021-01-25 Poniedziałek

obiad
1. Zupa jarzynowa na mięsie drobiowym (250g) 2. sok Tymbark 100% jabłkowy (200g) 3. bułka wrocławska z serem (50g) 4. herbatniki mini jungle (50g)
obiad

2021-01-26 Wtorek

obiad
1. Łazanki (300g) 2. kompot z truskawką (250g) 3. mus z jogurtem (80g) 4. Gruszka (50g)
obiad

2021-01-27 Środa

obiad
1. kotlet z piersi z kurczaka (100g) 2. Ziemniaki późne z koperkiem i mlekiem (150g) 3. Marchewka z groszkiem. gotowana 2016 (130g) 4. kompot z truskawką (250g) 5. Banan (80g)
obiad

2021-01-28 Czwartek

obiad
1. zupa fasolowa na wędzace (250g) 2. bułka wrocławska z serem (50g) 3. Pomarańcza (80g)
obiad

2021-01-29 Piątek

obiad
1. kotlet rybny (100g) 2. Ziemniaki późne z koperkiem i mlekiem (150g) 3. surówka z czerwonej kapusty (130g) 4. kompot owocowy z porzeczką czarną (250g) 5. baton smart sante (24g)
obiad