


Raport 3SZ.28.09.-09.10.2020szkoła

	10
termin rozpoczęcia	2020-09-28
Posiłki	1. obiad
Przypisana Grupa żywieniowa	Nazwa grupy: SZKOŁA2020/2021 1. Dzieci (wiek: 7 - 9; liczba: 56) 2. Dziewczęta (wiek: 10 - 12; liczba: 22) 3. Chłopcy (wiek: 10 - 12; liczba: 26) 4. Dziewczęta (wiek: 13 - 15; liczba: 13) 5. Chłopcy (wiek: 13 - 15; liczba: 13)
Norma na energię dla podanej grupy:	2155.77Kcal
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%

2020-09-28 Poniedziałek

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

2020-09-29 Wtorek

obiad
1. fasolka po bretońsku (250g) 2. kompot owocowy z porzeczką czarną (250g) 3. Jabłko (100g) 4. bułka wrocławska z serem (50g)
obiad

2020-09-30 Środa

obiad
1. surówka z buraczków (130g) 2. kompot z truskawką (250g) 3. Karkówka pieczona w sosie śmietanowym (130g) 4. Kaszagryczana prazowa Risana (40g) 5. Mandarynki (40g) 6. Kaszajęczmienna perłowa Kupiec (30g)
obiad

2020-10-01 Czwartek

obiad
1. BARSZCZUKRAIŃSKI Z MLEKIEM (250g) 2. bułka wrocławska z serem (50g)
obiad

2020-10-02 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

2020-10-05 Poniedziałek

obiad
1. zupka pomidorowa z makaronem świderki I MLEKIEM 2% (250g) 2. bułka wrocławska z serem (50g) 3. sok Tymbark 100% jabłkowy (200g)
obiad

2020-10-06 Wtorek

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

2020-10-07 Środa

obiad
1. kotlet z piersi z kurczaka (100g) 2. Ziemniaki późne z koperkiem i mlekiem (150g) 3. Sałata zielona z sosem jogurtowym i rzodkiewką (130g) 4. kompot z truskawką (250g) 5. śliwki (80g)
obiad

2020-10-08 Czwartek

obiad
1. Zupa jarzynowa na mięsie drobiowym (250g) 2. bułka wrocławska z serem (50g) 3. Pomarańcza (80g)
obiad

2020-10-09 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