

# Raport 4SZ.12-23.10.2020

Ile dni	10
termin rozpoczęcia	2020-10-12
Posiłki	1. II śniadanie
Przypisana Grupa żywieniowa	Nazwa grupy: <b>SZKOŁA2020/2021</b> 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:	<b>węglowodanów:60%, białka:15%, tłuszczów25%</b>

## 2020-10-12 Poniedziałek

### II śniadanie

1. ZUPA Z FASOLKISZPARAGOWEJ(350g)
2. bułka wrocławska z serem (50g)
3. herbatniki mini jungle (24g)

### II śniadanie

## 2020-10-13 Wtorek

### II śniadanie

1. gulasz indyka (150g)
2. Kaszajęczmienna perłowa Kupiec (40g)
3. Surówka z marchwi i jabłek z jogurtem (130g)
4. Kompot z owoców mieszanych2016 (250g)
5. Kaszagryczana (40g)

### II śniadanie

## 2020-10-14 Środa

### II śniadanie

1. Surówka z ogórków kiszonych z marchewką i cebulką (130g)
2. Kompot z owoców mieszanychsłodzony 2016 (250g)
3. kartacz z mięsem (160g)
4. mus z jogurtem (80g)

### II śniadanie

## 2020-10-15 Czwartek

### II śniadanie

1. ZUPA z czerwonej soczewicy(250g)
2. bułka wrocławska z serem (50g)
3. Banan (80g)

### II śniadanie

## 2020-10-16 Piątek

### II śniadanie

1. Miruna filety panierowane smażone w jajku i bułce (100g)
2. Ziemniaki późne z koperkiem i mlekiem (150g)
3. Surówka z kapusty białej z marchewką (130g)
4. kompot owocowy z porzeczką czarną (250g)

### II śniadanie

## 2020-10-19 Poniedziałek

### II śniadanie

1. ZUPA BROKUŁOWAZABIELANA(250g)
2. bułka wrocławska z serem (50g)
3. Ciasteczka Babci Ani (50g)

### II śniadanie

## 2020-10-20 Wtorek

### II śniadanie

1. Risotto z kurczakiem i warzywami (350g)
2. kompot z truskawką (250g)
3. mus z jogurtem (80g)

### II śniadanie

## 2020-10-21 Środa

### II śniadanie

1. Pulpeciki z karkówki i drobiu w sosie pomidorowym (150g)
2. Ziemniaki późne z koperkiem i mlekiem (150g)
3. Marchew z groszkiem mrożona (130g)
4. kompot z truskawką (250g)

### II śniadanie

## 2020-10-22 Czwartek

### II śniadanie

1. Zupa pieczarkowa z makaronem i wkładką mięsną ZABIELANA(250g)
2. bułka wrocławska z serem (50g)
3. Jabłko (80g)

### II śniadanie

## 2020-10-23 Piątek

### II śniadanie

1. ryba w cieście(100g)
2. Ziemniaki późne z koperkiem i mlekiem (130g)
3. Surówka z kapusty kwaszonej2016 (130g)
4. kompot z truskawką (250g)

### II śniadanie