

Raport SZKOŁA

| | |
|--|---|
| Ile dni | 10 |
| termin rozpoczęcia | 2022-01-31 |
| Posiłki | 1. obiad Nazwa grupy: Szkoła 2021/2022 1. Dzieci (wiek: 7 - 9; liczba: 145) 2. Chłopcy (wiek: 10 - 12; liczba: 62) 3. Dziewczęta (wiek: 10 - 12; liczba: 35) 4. Chłopcy (wiek: 13 - 15; liczba: 24) 5. Dziewczęta (wiek: 13 - 15; liczba: 15) 2106.94Kcal |
| Przypisana Grupa żywieniowa | |
| Norma na energię dla podanej grupy: | |
| Wybrane posiłki mają zapewnić % dziennego zapotrzebowania według powyższej normy na energię: | 35% |
| Wybrane posiłki mają zapewnić energię na poziomie z: | węglowodanów:60%, białka:15%, tłuszczów:25% |

2022-01-31 Poniedziałek

obiad

1. KAPUŚNIAK MAZURSKI (400g)
2. Chleb z dynią (60g)
3. MAKARON Z BIAŁYM SEREM (250g)
4. Herbata z cytryną. (200g)

2022-02-01 Wtorek

obiad

- 1. ZUPA SZCZAWIOWA Z JAJKIEM (300g)**
- 2. Chleb zwykly krojony (60g)**
- 3. GULASZ Z SZYNKI (200g)**
- 4. Kasza gryczana na sypko (80g)**
- 5. SURÓWKA Z POMIDORÓW ZE SZCZYPIORKIEM (130g)**
- 6. Herbata z cytryną. (100g)**

2022-02-02 Środa

obiad

- 1. ZUPA KOPERKOWA (300g)**
- 2. Chleb mazowiecki (50g)**
- 3. FASOLKA PO BRETOŃSKU (250g)**
- 4. Bułka parówka krojona (60g)**
- 5. Herbata z cytryną. (200g)**

2022-02-03 Czwartek

obiad

- 1. ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM PEŁNOZIARNISTYM (350g)**
- 2. PIECZEŃ RZYMSKA (120g)**
- 3. ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM (200g)**
- 4. SURÓWKA Z MARCHEWKI Z JOGURTEM (130g)**
- 5. Herbata z cytryną. (200g)**

2022-02-04 Piątek

obiad

1. **Zupa ziemniaczana z fasolką szparagową (350g)**
2. **Chleb krajany (50g)**
3. **Paluszki rybne panierowane (75g)**
4. **ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM (200g)**
5. **SURÓWKA Z OGÓRKÓW KISZONYCH Z MARCHEWKĄ (130g)**
6. **Herbata z cytryną. (200g)**

2022-02-07 Poniedziałek

obiad

1. **ZUPA ZIEMNIACZANA Z GROSZKIEM KONSERWOWYM (400g)**
2. **Chleb zwykły krojony (80g)**
3. **Ryż z truskawkami (mrożonymi) (250g)**
4. **Herbata z cytryną. (200g)**

2022-02-08 Wtorek

obiad

1. **ZUPA ŻUREK Z JAJKIEM (400g)**
2. **Chleb mazowiecki (80g)**
3. **KOTLET POŻARSKI (100g)**
4. **ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM (200g)**
5. **SURÓWKA Z PORA (130g)**
6. **Herbata z cytryną. (200g)**

2022-02-09 Środa

obiad

- 1. ZUPA PIECZARKOWA (400g)**
- 2. Chleb zwykły krojony (80g)**
3. Łazanki (250g)
4. Herbata z cytryną. (200g)

2022-02-10 Czwartek

obiad

- 1. ZUPA OGÓRKOWA (400g)**
- 2. Chleb mazowiecki (60g)**
- 3. Pulpety z mięsa mieszanego w sosie pomidorowym. (200g)**
4. Kasza jęczmienna (130g)
- 5. SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ NA ZIELONO (130g)**
6. Herbata z cytryną. (200g)

2022-02-11 Piątek

obiad

- 1. ZUPA OWOCOWA Z MAKARONEM (400g)**
- 2. Zapiekanka ziemniaczana z szynką (300g)**
3. Herbata z cytryną. (200g)

W zakładzie używa się: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskie