

## Załącznik nr 1

do Regulaminu wyżywienia  
w Szkole Podstawowej im. Bronisława Tokaja w Nieporęcie

### **\*\*Kalkulacja ceny obiadu oraz normy żywieniowe i gramatura posiłków**

dla uczniów Szkoły Podstawowej im. Bronisława Tokaja w Nieporęcie\*\*

---

#### **§1. Podstawa opracowania kalkulacji**

1. Niniejsza kalkulacja ceny obiadu została sporządzona na potrzeby Regulaminu Stołówki Szkolnej Szkoły Podstawowej im. Bronisława Tokaja w Nieporęcie.
  2. Cena obiadu obejmuje wyłącznie koszt surowców spożywczych („wsad do kotła”).
  3. Cena obiadu nie obejmuje kosztów wynagrodzeń pracowników, kosztów utrzymania stołówki ani kosztów eksploatacyjnych.
  4. Kalkulacja obowiązuje od dnia **1 stycznia 2026 r.**
- 

#### **§2. Ustalona cena obiadu**

1. Ustala się następującą cenę obiadu dla uczniów:
    - o zupa – **2,50 zł**,
    - o drugie danie z kompotem – **7,00 zł**.
  2. Łączny koszt pełnego obiadu wynosi **9,50 zł**  
(słownie: **dziewięć złotych pięćdziesiąt groszy**).
- 

#### **§3. Szczegółowa kalkulacja kosztów produktów**

*(średnia miesięczna roku 2026)*

##### **1. Zupa – koszt jednostkowy: 2,50 zł**

<b>Produkt</b>	<b>Jednostka</b>	<b>Średni koszt (zł)</b>
Warzywa (marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki)	porcja	0,80
Mięso / kości mięsne	porcja	0,90
Tłuszcz (olej, masło, margaryna)	porcja	0,20
Mąka / śmietana / kasza / makaron	porcja	0,30
Przyprawy, zioła, dodatki	porcja	0,30
<b>Łączny koszt zupy</b>		<b>2,50</b>

---

##### **2. Drugie danie – koszt jednostkowy: 6,40 zł**

Produkt	Jednostka	Średni koszt (zł)
Mięso / ryba / jaja (danie główne)	porcja	3,50
Dodatki skrobiowe (ziemniaki, ryż, kasza, makaron)	porcja	1,20
Surówka / warzywa gotowane	porcja	1,00
Tłuszcz, panierka, przyprawy	porcja	0,70
<b>Łączny koszt drugiego dania</b>		<b>6,40</b>

### 3. Kompot – koszt jednostkowy: 0,60 zł

Produkt	Jednostka	Średni koszt (zł)
Owoce świeże / mrożone / suszone	porcja	0,40
Cukier / miód	porcja	0,15
Dodatki (cytryna, przyprawy)	porcja	0,05
<b>Łączny koszt kompotu</b>		<b>0,60</b>

### 4. Podsumowanie kosztów obiadu

Składnik	Koszt (zł)
Zupa	2,50
Drugie danie	6,40
Kompot	0,60
<b>Łączny koszt obiadu</b>	<b>9,50</b>

### §4. Normy żywieniowe obiadu szkolnego

- Obiady wydawane w stołówce szkolnej są przygotowywane zgodnie z aktualnymi normami żywienia dzieci i młodzieży w wieku szkolnym oraz obowiązującymi przepisami dotyczącymi żywienia w jednostkach systemu oświaty.
- Obiad szkolny pokrywa **około 30–35% dziennego zapotrzebowania energetycznego ucznia.**
- Średnia wartość energetyczna obiadu wynosi:
  - o klasy I–III – ok. **500–600 kcal,**
  - o klasy IV–VIII – ok. **600–700 kcal.**
- Jadłospisy są układane w sposób racjonalny, z uwzględnieniem urozmaicenia posiłków, sezonowości produktów oraz ograniczenia soli i cukru.

### §5. Gramatura posiłków (porcja obiadowa)

#### 1. Zupa

- porcja zupy: **250–300 ml,**

- wkład warzywno-mięsny zgodnie z recepturą.

## 2. Drugie danie

- porcja mięsa / ryby (po obróbce): **80–100 g**,
- dodatek skrobiowy:
  - ziemniaki: **200–250 g** lub
  - ryż / kasza / makaron (waga po ugotowaniu): **150–200 g**,
- surówka lub warzywa gotowane: **120–150 g**.

## 3. Kompot

- porcja napoju: **200 ml**,
- zawartość owoców zgodna z recepturą.

---

## §6. Charakter ceny

1. Cena obiadu w wysokości **9,50 zł** obowiązuje od dnia **1 stycznia 2026 r.** i może ulec zmianie w przypadku wzrostu cen artykułów spożywczych.
2. Cena została ustalona, jako średnia kosztów surowców w poszczególnych miesiącach roku, z uwzględnieniem sezonowych wahań cen.
3. Przyjęta kalkulacja zapewnia racjonalne i oszczędne gospodarowanie środkami publicznymi przy jednoczesnym zachowaniu norm żywieniowych.

---

## §7. Postanowienia końcowe

Niniejszy załącznik stanowi integralną część Regulaminu Stołówki Szkolnej i obowiązuje od dnia **1 stycznia 2026 r.**

---

**Zatwierdzam po uzgodnieniu z organem prowadzącym szkołę:**

.....  
Dyrektor Szkoły Podstawowej  
im. Bronisława Tokaja w Nieporęcie

Data: **12.12.2025 r.**

---

DYREKTOR SZKOŁY PODSTAWOWEJ  
im. Bronisława Tokaja  
ul. Dworcowa 9, 05-126 Nieporęcie

  
mgr Edyta Kuś

