

## Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny
2024-01-22 poniedziałek	Podstawowa	Chleb razowy 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) połędwica luksusowa 30 g Twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 70 g (MLE) sałata 30 g Płatki owsiane na mleku 350 ml (GLU, MLE) Herbata z cytryną 250 ml		Szpinakowa z ryżem 350 g (MLE, SEL) Kotlety z jaj 90 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 250 g Marchew z groszkiem 150 g (GLU, MLE) Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Chleb pszenno żytni 110 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Kiełbasa tyrolska 40 g Serek Almette mini 30 g ogórki kiszzone 60 g Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE)	Przekąska jogurt + zboża 1 szt
	Lekkostrawna	Bułka Kielecka 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) połędwica luksusowa 30 g Twaróg ze śmietaną 70 g (MLE) sałata 30 g Płatki owsiane na mleku 350 ml (GLU, MLE) Herbata z cytryną 250 ml		Koperkowa z ryżem 350 g (MLE, SEL) Filet drobiowy gotowany 70 g Marchew z groszkiem 150 g (GLU, MLE) Ziemniaki 250 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml Sos jarzynowy 100 ml (GLU, SEL)		Bułka Kielecka 100 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Kiełbasa tyrolska 40 g Serek Almette mini 30 g pomidory 60 g Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE)	Przekąska jogurt + zboża 1 szt
	Cukrzycowa 3	Chleb razowy 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) połędwica luksusowa 30 g Twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 70 g (MLE) sałata 30 g Herbata b/cukru 250 ml Jabłka 120 g		Koperkowa z ryżem 350 g (MLE, SEL) Marchew z groszkiem 150 g (GLU, MLE) Ziemniaki 250 g kompot z owoców mroż.b/cukru 250 ml Filet drobiowy gotowany 70 g Sos jarzynowy 100 ml (GLU, SEL)		Chleb razowy 100 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Kiełbasa tyrolska 40 g Serek Almette mini 30 g ogórki kiszzone 60 g kawa z mlekiem b/cukru 250 g (GLU, MLE)	Przekąska jogurt + zboża 1 szt
	Dziecięca	Bułka Kielecka 60 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) twarożek zmiękowany 40 g (MLE) połędwica luksusowa 30 g sałata 30 g Herbata z cytryną 250 ml Płatki owsiane na mleku dzieci 250 ml (GLU, MLE)	Mus owocowo warzywny 1 szt	Koperkowa z ryżem 350 g (MLE, SEL) Filet drobiowy gotowany zmielony 60 g Sos jarzynowy 100 ml (GLU, SEL) Ziemniaki pure dzieci 170 g (MLE) Marchewka oprószana 150 g (GLU, MLE) Kompot z owoców mrożonych 250 ml	Kisiel słodzony 150 ml	Bułka Kielecka 60 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Serek Almette mini 30 g pomidory 70 g Kawa z mlekiem dzieci 250 g (GLU, MLE)	Przekąska jogurt + zboża 1 szt
2024-01-23 wtorek	Podstawowa	Chleb razowy 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata z cytryną 250 ml Kasza manna na mleku 350 ml (GLU, MLE) Dżem porcjowy 25 g Pasta z łososia 80 g papryka 70 g		Jarzynowa z makaronem z mroż. 350 g (GLU, MLE, SEL) Gołąbki z mięsem i ryżem w sosie pomidorowym 250 g (GLU, MLE) Ziemniaki 250 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml Mandarynka 100 g		Chleb pszenno żytni 110 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Skyr naturalny 150 g (MLE) Jajko gotowane 50 g (JAJ) pomidory 60 g Kiełbasa drobiowa 20 g (SOJ) Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE)	Mus owocowo warzywny 1 szt

## Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-23 wtorek	Lekkostrawna	Bułka Kielecka 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Kielbasa drobiowa 30 g (SOJ) Dżem porcjowy 25 g pomidory 60 g Kasza manna na mleku 350 ml (GLU, MLE) Herbata z cytryną 250 ml		Jarzynowa z makaronem z mroż. 350 g (GLU, MLE, SEL) Klops gotowany dieta 90 g (GLU, JAJ) Sos pietruszkowy 100 ml (GLU, SEL) Ziemniaki 250 g Cwikla z jabłkami 150 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml Mandarynka 100 g		Bułka Kielecka 100 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Skyr naturalny 150 g (MLE) Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE) Jajko gotowane 50 g (JAJ) Pasta warzywna 80 g	Mus owocowo warzywny 1 szt pomidory 60 g
	Cukrzycowa 3	Chleb razowy 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z łososia 150 g papryka 70 g Serek Almette mini 30 g Herbata b/cukru 250 ml		Jarzynowa z makaronem z mroż. 350 g (GLU, MLE, SEL) Gołąbki z mięsem i ryżem w sosie pomidorowym 250 g (GLU, MLE) Ziemniaki 250 g kompot z owoców mroż.b/cukru 250 ml Mandarynka 100 g		Chleb razowy 100 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Skyr naturalny 150 g (MLE) Jajko gotowane 50 g (JAJ) Kielbasa drobiowa 20 g (SOJ) pomidory 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Mus owocowo warzywny 1 szt
	Dziecięca	Bułka Kielecka 60 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Kielbasa drobiowa 30 g (SOJ) Dżem porcjowy 25 g pomidory 60 g Kasza manna na mleku dzieci 250 ml (GLU, MLE)	Sok Karotka 150 g	Jarzynowa z makaronem z mroż. 350 g (GLU, MLE, SEL) Klops gotowany dzieci 90 g (GLU, JAJ) Sos pietruszkowy 150 ml (GLU, SEL) Cwikla z jabłkami 130 g Ziemniaki pure dzieci 170 g (MLE) Kompot z owoców mrożonych 250 ml	Mandarynka 100 g	Bułka Kielecka 60 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Skyr naturalny 150 g (MLE) Jajko gotowane 50 g (JAJ)	Mus owocowo warzywny 1 szt
2024-01-24 środa	Podstawowa	Chleb razowy 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Szyńka wędzona 50 g ser żółty 20 g (MLE) papryka 70 g Makaron na mleku 350 ml (GLU, MLE) Herbata z cytryną 250 ml		Barszcz czerwony z ziemniakami 350 g (GLU, MLE, SEL) Gulasz wieprzowy gotowany 200 g (GLU, MLE) Sałatka z ogórków kiszonych 130 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU, MLE) Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Chleb pszenno żytni 110 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 70 g (MLE) Pasta warzywna 80 g Dżem porcjowy 25 g Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE)	Sok pomidorowy 300 g
	Lekkostrawna	Bułka Kielecka 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Makaron na mleku 350 ml (GLU, MLE) Szyńka wędzona 50 g Serek Almette mini 30 g pomidory 60 g Herbata z cytryną 250 ml		Barszcz czerwony z ziemniakami 350 g (GLU, MLE, SEL) Gulasz drobiowy gotowany 200 g (GLU, MLE, SEL) Fasolka szparagowa z bułką tartą 150 g (GLU, MLE) Ziemniaki 250 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Bułka Kielecka 100 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Twarożek z jogurtem 50 g (MLE) Kielbasa krakowska 30 g Dżem porcjowy 25 g Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE)	Sok pomidorowy 300 g

## Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-24 środa	Cukrzykowa 3	Chleb razowy 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Szyńka wędzona 50 g Serek Almette mini 30 g papryka 70 g Herbata b/cukru 250 ml		Barszcz czerwony z ziemniakami 350 g (GLU, MLE, SEL) Gulasz drobiowy gotowany 200 g (GLU, MLE, SEL) Fasolka szparagowa z masłem 150 g (MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU, MLE) kompot z owoców mroż. b/cukru 250 ml Jabłka 120 g		Chleb razowy 100 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 70 g (MLE) Pasta warzywna 80 g pomidory 70 g kawa z mlekiem b/cukru 250 g (GLU, MLE)	Sok pomidorowy 300 g
	Dziecięca	Bułka Kielecka 60 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Makaron na mleku 350 ml (GLU, MLE) Szyńka wędzona 30 g pomidory 60 g Serek Almette mini 30 g Herbata z cytryną 250 ml	Kisiel surówkowy 150 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 250 g (GLU, MLE, SEL) Gulasz drobiowy gotowany 200 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki pure dzieci 170 g (MLE) Marchewka oprószana 130 g (MLE) Kompot z owoców mrożonych 250 ml	Jabłka 120 g	Bułka Kielecka 60 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g twarożek zmiksowany 40 g (MLE) Dżem porcjowy 25 g Kawa z mlekiem dzieci 250 g (GLU, MLE)	Sok pomidorowy 300 g
2024-01-25 czwartek	Podstawowa	Chleb razowy 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Kasza manna na mleku 350 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane 50 g (JAJ) Kielbasa drobiowa 40 g (SOJ) pomidory 60 g sałata 30 g Herbata z cytryną 250 ml		Pomidorowa z ryżem 350 g (MLE, SEL) Wątroba duszona z cebulą 150 g (GLU) Buraki oprószone 150 g (GLU, MLE) Ziemniaki 250 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Chleb pszenno żytni 110 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Serek Almette mini 30 g Dżem porcjowy 25 g południca luksusowa 30 g Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE)	Przecier burak-jabłko 250 g
	Lekkostrawna	Bułka Kielecka 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Kasza manna na mleku 350 ml (GLU, MLE) Kielbasa drobiowa 40 g (SOJ) Jajko gotowane 50 g (JAJ) pomidory 60 g sałata 30 g Herbata z cytryną 250 ml		Pomidorowa z ryżem 350 g (MLE, SEL) Klops gotowany dieta 90 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 250 g Buraki oprószone 130 g (GLU, MLE) Sos jarzynowy 100 ml (GLU, SEL) Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Bułka Kielecka 100 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Serek Almette mini 30 g Dżem porcjowy 25 g południca luksusowa 30 g Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE)	Przecier burak-jabłko 250 g
	Cukrzykowa 3	Chleb razowy 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Jajko gotowane 100 g (JAJ) pomidory 60 g sałata 30 g Kielbasa drobiowa 40 g (SOJ) Herbata b/cukru 250 ml		Pomidorowa z ryżem 350 g (MLE, SEL) Klops gotowany dieta 90 g (GLU, JAJ) Buraki oprószone 150 g (GLU, MLE) Ziemniaki 250 g Sos jarzynowy 100 ml (GLU, SEL) kompot z owoców mroż. b/cukru 250 ml		Chleb razowy 100 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g południca luksusowa 30 g Serek Almette mini 30 g papryka 70 g kawa z mlekiem b/cukru 250 g (GLU, MLE)	Przecier burak-jabłko 250 g

## Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-25 czwartek	Dziecięca	Bułka Kielecka 60 g (GLU) masło 82% 10 g (MLE) pomidory 50 g Kielbasa drobiowa 30 g (SOJ) Jajko gotowane 50 g (JAJ) pomidory 60 g sałata 30 g Kasza manna na mleku dzieci 250 ml (GLU, MLE)	Chrupki kukurydziane kg 15 g Herbata z cytryną 250 ml	Pomidorowa z ryżem 350 g (MLE, SEL) Buraki oprószone 150 g (GLU, MLE) Ziemniaki pure dzieci g (MLE) Kompot z owoców mrożonych 250 ml Klops gotowany dieta 90 g (GLU, JAJ)	Kisiel surówkowy 150 ml	Bułka Kielecka 60 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Serek Almette mini 30 g południca luksusowa 20 g Dżem porcjowy 25 g Kawa z mlekiem dzieci 200 g (GLU, MLE)	Przecier burak-jabłko 250 g
2024-01-26 piątek	Podstawowa	Chleb razowy 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Płatki owsiane na mleku 350 ml (GLU, MLE) Pasta warzywna 80 g Serek homogenizowany naturalny 150 g pomidory 60 g sałata 30 g Herbata z cytryną 250 ml		Pieczarkowa z makaronem 350 g (GLU, MLE, SEL) Kotlet rybny 100 g (GLU, JAJ, RYB) Surówka z kiszanej kapusty 150 g Ziemniaki 250 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Chleb pszenno żytni 110 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Pasta z jaj i majonezem i szczypiorem 60 g (JAJ, MLE, GOR) ogórek św. 60 g Dżem porcjowy 25 g Kielbasa drobiowa 20 g (SOJ) Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE)	Przekąska jogurt + zboża 1 szt
	Lekkostrawna	Bułka Kielecka 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Płatki owsiane na mleku 350 ml (GLU, MLE) Pasta warzywna 80 g Serek homogenizowany naturalny 150 g sałata 30 g pomidory 60 g Herbata z cytryną 250 ml		Kalafiorowa z ziemniakami z mroż. 350 g (GLU, MLE, SEL) Makaron z serem 300 g (GLU, MLE) Kompot z owoców mrożonych 250 ml banan 120 g		Bułka Kielecka 100 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Pasta z jaj jagurtem i koperkiem 70 g (JAJ, MLE) Dżem porcjowy 25 g pomidory 60 g Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE)	Przekąska jogurt + zboża 1 szt
	Cukrzycowa 3	Chleb razowy 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta warzywna 80 g Serek homogenizowany naturalny 150 g pomidory 60 g Herbata b/cukru 250 ml		Kalafiorowa z ziemniakami z mroż. 350 g (GLU, MLE, SEL) Kotlet rybny 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki 250 g Surówka z kiszanej kapusty 130 g kompot z owoców mroż.b/cukru 250 ml Jabłka 120 g		Chleb razowy 100 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Pasta z jaj jagurtem i koperkiem 70 g (JAJ, MLE) ogórek św. 60 g Kielbasa drobiowa 30 g (SOJ) Herbata b/cukru 250 ml	Przekąska jogurt + zboża 1 szt
	Dziecięca	Bułka Kielecka 60 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Płatki owsiane na mleku dzieci 250 ml (GLU, MLE) Pasta warzywna 80 g sałata 30 g pomidory 60 g	banan 120 g	Kalafiorowa z ziemniakami z mroż. 350 g (GLU, MLE, SEL) Makaron z serem 300 g (GLU, MLE) Kompot z owoców mrożonych 250 ml	jabłka 120 g	Bułka Kielecka 60 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Pasta z jaj jagurtem i koperkiem 70 g (JAJ, MLE) pomidory 60 g Kawa z mlekiem dzieci 250 g (GLU, MLE)	Przekąska jogurt + zboża 1 szt

## Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-27 sobota	Podstawowa	Chleb razowy 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Kielbasa tyrolska 50 g jogurt naturalny zott 180 g papryka 80 g Jabłka 120 g Kakao na mleku 250 g (MLE)		Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 350 g (GLU, MLE, SEL) Pieczeń wieprzowa w sosie 150 g (GLU, MLE) Ziemniaki 250 g Marchew z groszkiem 130 g (GLU, MLE) Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Chleb pszenno żytni 110 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Pasta warzywna 80 g ser żółty 30 g (MLE) Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE)	Przecier burak-jabłko 250 g
	Lekkostrawna	Bułka Kielecka 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Kielbasa tyrolska 50 g jogurt naturalny zott 180 g pomidory 70 g Kakao na mleku 250 g (MLE)		Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 350 g (GLU, MLE, SEL) Filet drobiowy gotowany 70 g Marchew z groszkiem 130 g (GLU, MLE) Ziemniaki 250 g Sos pietruszkowy 150 ml (GLU, SEL) Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Bułka Kielecka 100 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Serek truskawkowy 60 g (MLE) Pasta warzywna 80 g Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE)	Przecier burak-jabłko 250 g
	Cukrzycowa 3	Chleb razowy 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Kielbasa tyrolska 50 g pomidory 70 g jogurt naturalny zott 180 g Kakao na mleku b/cukru 250 g (MLE) Jabłka 120 g		Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 350 g (GLU, MLE, SEL) Filet drobiowy gotowany 70 g Marchew z groszkiem 150 g (GLU, MLE) kompot z owoców mroż.b/cukru 250 ml Ziemniaki 250 g Sos jarzynowy 100 ml (GLU, SEL)		Chleb razowy 100 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g ser żółty 30 g (MLE) ogórki kiszzone 50 g Herbata b/cukru 250 ml Pasta warzywna 80 g	Przecier burak-jabłko 250 g
	Dziecięca	Bułka Kielecka 60 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Kielbasa szynkowa 20 g jogurt naturalny zott 180 g pomidory 70 g Kakao na mleku dzieci 200 g (MLE)	Bułka Kielecka 25 g (GLU) Dżem 15 g	Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 350 g (GLU, MLE, SEL) Filet drobiowy gotowany 70 g Marchew z groszkiem 130 g (GLU, MLE) Ziemniaki pure dzieci 170 g (MLE) Kompot z owoców mrożonych 250 ml	Budyń słodzony 150 ml (MLE)	Bułka Kielecka 60 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Serek truskawkowy 60 g (MLE) Herbata z cytryną 250 ml	Przecier burak-jabłko 250 g
2024-01-28 niedziela	Podstawowa	Chleb razowy 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Kielbasa szynkowa 40 g Serek Almette mini 30 g papryka 70 g Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE)		Krupnik z ryżu 350 g (SEL) Udko pieczone 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z czerwonej kapusty z olejem 130 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Chleb pszenno żytni 110 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL, GOR) Ser topiony 45 g (MLE) Herbata z cytryną 250 ml	Skyr naturalny pitny 330 g (MLE)
	Lekkostrawna	Bułka Kielecka 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Kielbasa szynkowa 40 g Serek Almette mini 30 g pomidory 60 g Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE)		Krupnik z ryżu 350 g (SEL) Udko gotowane 120 g Sos jarzynowy 150 ml (GLU, SEL) Ćwikła z jabłkami 130 g Ziemniaki 250 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Bułka Kielecka 100 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Pasta z jaj jagurtem i koperkiem 70 g (JAJ, MLE) pomidory 60 g Herbata z cytryną 250 ml	Skyr naturalny pitny 330 g (MLE)

## Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-28 niedziela	Cukrzykowa 3	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> ) masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kielbasa szynkowa 40 g Serek Almette mini 30 g ogórki kiszzone 60 g kawa z mlekiem b/cukru 250 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> )		Krupnik z ryżu 350 g ( <b>SEL</b> ) Udko gotowane 120 g Ćwikła z jabłkami 150 g Ziemniaki 250 g kompot z owoców mroż.b/cukru 250 ml		Chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> ) margaryna z omega 3 10 g Pasta z jaj jagurtem i koperkiem 70 g ( <b>JAJ</b> , <b>MLE</b> ) Ser topiony 45 g ( <b>MLE</b> ) pomidory 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Skyr naturalny pitny 330 g ( <b>MLE</b> )
	Dziecięca	Bułka Kielecka 60 g ( <b>GLU</b> ) masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kielbasa szynkowa 40 g Serek Almette mini 30 g pomidory 60 g Kawa z mlekiem dzieci 250 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> )	Kisiel surówkowy 150 ml	Krupnik z ryżu 350 g ( <b>SEL</b> ) Udko gotowane 120 g Sos jarzynowy 150 ml ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> ) Ćwikła z jabłkami 130 g Ziemniaki pure dzieci 170 g ( <b>MLE</b> ) Kompot z owoców mrożonych 250 ml	jabłka 120 g	Bułka Kielecka 60 g ( <b>GLU</b> ) margaryna z omega 3 10 g Pasta z jaj jagurtem i koperkiem 70 g ( <b>JAJ</b> , <b>MLE</b> ) pomidory 60 g Herbata z cytryną 250 ml	Skyr naturalny pitny 330 g ( <b>MLE</b> )