

Posiłek / potrawa / składniki	1800 kcal - 5 posiłków	2700 kcal - 5 posiłków	3500 kcal - 5 posiłków
Śniadanie Bułka z ziołową pastą jajeczną	<p>Bułeczka keto (woda, mączka migdałowa, błonnik (z babki płesznik, bambusowy, jabłkowy), białko JAJA, sól, SEZAM), Jaja kurze całe, Szczypiorek, Majonez domowy z olejem rzepakowym, Bazylia świeża, Koper ogrodowy</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Bułeczka keto (woda, mączka migdałowa, błonnik (z babki płesznik, bambusowy, jabłkowy), białko JAJA, sól, SEZAM), Jaja kurze całe, Szczypiorek, Majonez domowy z olejem rzepakowym, Bazylia świeża, Koper ogrodowy</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Bułeczka keto (woda, mączka migdałowa, błonnik (z babki płesznik, bambusowy, jabłkowy), białko JAJA, sól, SEZAM), Jaja kurze całe, Szczypiorek, Majonez domowy z olejem rzepakowym, Bazylia świeża, Koper ogrodowy</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>
Drugie śniadanie Keto koktajl porzeczkowy	<p>Woda, Erytrytol, Porzeczki czerwone, Mleko kokosowe, Odżywka białkowa</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Woda, Erytrytol, Porzeczki czerwone, Mleko kokosowe, Odżywka białkowa</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Woda, Erytrytol, Porzeczki czerwone, Mleko kokosowe, Odżywka białkowa</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>
Obiad Kurczak Hosin, colesław	<p>Kapusta biała, Marchew, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Czosnek, Papryczka ostra chili, Woda, Sos sojowy, Ocet ryżowy, Masło orzechowe, Olej sezamowy, Erytrytol</p> <p>Alergeny: 11. nasiona sezamu i produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 6. soja i produkty pochodne 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p>	<p>Kapusta biała, Marchew, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Czosnek, Papryczka ostra chili, Woda, Sos sojowy, Ocet ryżowy, Masło orzechowe, Olej sezamowy, Erytrytol</p> <p>Alergeny: 11. nasiona sezamu i produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 6. soja i produkty pochodne</p>	<p>Kapusta biała, Marchew, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Czosnek, Papryczka ostra chili, Woda, Sos sojowy, Ocet ryżowy, Masło orzechowe, Olej sezamowy, Erytrytol</p> <p>Alergeny: 11. nasiona sezamu i produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 6. soja i produkty pochodne</p>
Podwieczorek Kokosowy pudding chia z malinami	<p>Maliny, mrożone, Wiórki kokosowe, Erytrytol, Nasiona chia, Mleko kokosowe</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Maliny, mrożone, Wiórki kokosowe, Erytrytol, Nasiona chia, Mleko kokosowe</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Maliny, mrożone, Wiórki kokosowe, Erytrytol, Nasiona chia, Mleko kokosowe</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>
Kolacja Sałatka z kurczakiem i mozzarellą	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Papryka zielona, Ser mozzarella, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Słonecznik, nasiona, łuskane, Erytrytol, Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście, Sok cytrynowy</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Papryka zielona, Ser mozzarella, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Słonecznik, nasiona, łuskane, Erytrytol, Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście, Sok cytrynowy</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Papryka zielona, Ser mozzarella, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Słonecznik, nasiona, łuskane, Erytrytol, Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście, Sok cytrynowy</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>