

Posiłek / potrawa / składniki	1800 kcal - 5 posiłków	2700 kcal - 5 posiłków	3500 kcal - 5 posiłków
Śniadanie Sałatka z boczkiem, brokułami i fetą	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), Boczek wędzony bez kości, Brokuły, Ser typu Feta, Dynia, pestki, łuskane, Oliwa z oliwek, Erytrytol, Sok cytrynowy, Koper ogrodowy Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), Boczek wędzony bez kości, Brokuły, Ser typu Feta, Dynia, pestki, łuskane, Oliwa z oliwek, Erytrytol, Sok cytrynowy, Koper ogrodowy Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), Boczek wędzony bez kości, Brokuły, Ser typu Feta, Dynia, pestki, łuskane, Oliwa z oliwek, Erytrytol, Sok cytrynowy, Koper ogrodowy Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
Drugie śniadanie Keto koktajl wiśniowo-kakaowy	Woda, Erytrytol, Wiśnie bez pestek, mrożone, Mleko kokosowe, Śmietanka kremowa, 30% tłuszczu, Kakao 16%, proszek Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Woda, Erytrytol, Wiśnie bez pestek, mrożone, Mleko kokosowe, Śmietanka kremowa, 30% tłuszczu, Kakao 16%, proszek Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Woda, Erytrytol, Wiśnie bez pestek, mrożone, Mleko kokosowe, Śmietanka kremowa, 30% tłuszczu, Kakao 16%, proszek Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
Obiad Wieprzowe ragu, kiszzone ogórki	Ogórki kiszzone (ogórek gruntowy, sól), Szczypiorek, Oliwa z oliwek, Cebula, Wieprzowina, łopatka (mielona), Czosnek, Koncentrat pomidorowy, 30%, Pomidory z puszek (krojone), Marchew, Masło ekstra, Oliwa z oliwek, Seler naciowy, Wino czerwone, Ser twardy długodojrzewający (tarty) Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne	Ogórki kiszzone (ogórek gruntowy, sól), Szczypiorek, Oliwa z oliwek, Cebula, Wieprzowina, łopatka (mielona), Czosnek, Koncentrat pomidorowy, 30%, Pomidory z puszek (krojone), Marchew, Masło ekstra, Oliwa z oliwek, Seler naciowy, Wino czerwone, Ser twardy długodojrzewający (tarty) Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne	Ogórki kiszzone (ogórek gruntowy, sól), Szczypiorek, Oliwa z oliwek, Cebula, Wieprzowina, łopatka (mielona), Czosnek, Koncentrat pomidorowy, 30%, Pomidory z puszek (krojone), Marchew, Masło ekstra, Oliwa z oliwek, Seler naciowy, Wino czerwone, Ser twardy długodojrzewający (tarty) Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne
Podwieczorek Krem sernikowy z nasionami	Serek Mascarpone, Erytrytol, Ser twarogowy tłusty, Ekstrakt waniliowy, Migdały, Słonecznik, nasiona, łuskane, Dynia, pestki, łuskane	Serek Mascarpone, Erytrytol, Ser twarogowy tłusty, Ekstrakt waniliowy, Migdały, Słonecznik, nasiona, łuskane, Dynia, pestki, łuskane	Serek Mascarpone, Erytrytol, Ser twarogowy tłusty, Ekstrakt waniliowy, Migdały, Słonecznik, nasiona, łuskane, Dynia, pestki, łuskane
Kolacja Schab w sosie śmietankowym, surówka z ogórka i rzodkiewki	Wieprzowina, schab surowy bez kości, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Oliwa z oliwek, Cebula, Pietruszka, liście, Ogórek, Rzodkiewka, Oliwa z oliwek, Szczypiorek Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Wieprzowina, schab surowy bez kości, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Oliwa z oliwek, Cebula, Pietruszka, liście, Ogórek, Rzodkiewka, Oliwa z oliwek, Szczypiorek Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Wieprzowina, schab surowy bez kości, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Oliwa z oliwek, Cebula, Pietruszka, liście, Ogórek, Rzodkiewka, Oliwa z oliwek, Szczypiorek Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne