

Posiłek / potrawa / składniki	1800 kcal - 5 posiłków	2700 kcal - 5 posiłków	3500 kcal - 5 posiłków
Śniadanie Pasta jajeczna z papryką i bazylią, seler naciowy	Seler naciowy, Papryka czerwona, Jaja kurze całe, Majonez domowy z olejem rzepakowym, Bazylia świeża Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	Seler naciowy, Papryka czerwona, Jaja kurze całe, Majonez domowy z olejem rzepakowym, Bazylia świeża Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	Seler naciowy, Papryka czerwona, Jaja kurze całe, Majonez domowy z olejem rzepakowym, Bazylia świeża Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne
Drugie śniadanie Keto blok czekoladowy	Masło orzechowe, Erytrytol, Kakao 16%, proszek, Odżywka białkowa, Wiórki kokosowe Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne	Masło orzechowe, Erytrytol, Kakao 16%, proszek, Odżywka białkowa, Wiórki kokosowe Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne	Masło orzechowe, Erytrytol, Kakao 16%, proszek, Odżywka białkowa, Wiórki kokosowe Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne
Obiad Schab w sosie koperkowym, sałatka szwedzka	Sałatka szwedzka, konserwowa, Wieprzowina, schab surowy bez kości, Masło ekstra, Cebula, Śmietanka kremowa, 30% tłuszczu, Koper ogrodowy Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Sałatka szwedzka, konserwowa, Wieprzowina, schab surowy bez kości, Masło ekstra, Cebula, Śmietanka kremowa, 30% tłuszczu, Koper ogrodowy Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Sałatka szwedzka, konserwowa, Wieprzowina, schab surowy bez kości, Masło ekstra, Cebula, Śmietanka kremowa, 30% tłuszczu, Koper ogrodowy Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
Podwieczorek Ziołowy serek wiejski z nasionami	Bazylią świeżą, Dynia, pestki, łuskane, Pietruszka, liście, Serek wiejski, Szczypiorek, Słonecznik, nasiona, łuskane Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Bazylią świeżą, Dynia, pestki, łuskane, Pietruszka, liście, Serek wiejski, Szczypiorek, Słonecznik, nasiona, łuskane Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Bazylią świeżą, Dynia, pestki, łuskane, Pietruszka, liście, Serek wiejski, Szczypiorek, Słonecznik, nasiona, łuskane Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
Kolacja Bowl z pieczonym dorszem i cukinią	DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, Cukinia, Ogórek, Pietruszka, liście, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Oliwa z oliwek, Sok cytrynowy, Erytrytol, Musztarda Alergeny: 4. ryby i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, Cukinia, Ogórek, Pietruszka, liście, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Oliwa z oliwek, Sok cytrynowy, Erytrytol, Musztarda Alergeny: 4. ryby i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, Cukinia, Ogórek, Pietruszka, liście, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Oliwa z oliwek, Sok cytrynowy, Erytrytol, Musztarda Alergeny: 4. ryby i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne