

Posiłek / potrawa / składniki	1800 kcal - 5 posiłków	2700 kcal - 5 posiłków	3500 kcal - 5 posiłków
Śniadanie Keto omelet kakaowy ze śliwkami i orzechami	Śliwki bez pestek, mrożone, ORZECHY ARACHIDOWE, Mąka kokosowa, Ekstrakt waniliowy, Erytrytol, Sól biała, Masa JAJECZNA, Kawa, napar bez cukru, Kakao 16%, proszek Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne	Śliwki bez pestek, mrożone, ORZECHY ARACHIDOWE, Mąka kokosowa, Ekstrakt waniliowy, Erytrytol, Sól biała, Masa JAJECZNA, Kawa, napar bez cukru, Kakao 16%, proszek Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne	Śliwki bez pestek, mrożone, ORZECHY ARACHIDOWE, Mąka kokosowa, Ekstrakt waniliowy, Erytrytol, Sól biała, Masa JAJECZNA, Kawa, napar bez cukru, Kakao 16%, proszek Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne
Drugie śniadanie Bigos z cukinii chorizo	Olej rzepakowy, Cebula, Chorizo (mięso wieprzowe, sól, papryka, pieprz cayenne, syrop glukozowy, cukier, przyprawy, naturalne ostonki wieprzowe), Czosnek, Marchew, Cukinia, Pomidory z puszki (krojone)	Olej rzepakowy, Cebula, Chorizo (mięso wieprzowe, sól, papryka, pieprz cayenne, syrop glukozowy, cukier, przyprawy, naturalne ostonki wieprzowe), Czosnek, Marchew, Cukinia, Pomidory z puszki (krojone)	Olej rzepakowy, Cebula, Chorizo (mięso wieprzowe, sól, papryka, pieprz cayenne, syrop glukozowy, cukier, przyprawy, naturalne ostonki wieprzowe), Czosnek, Marchew, Cukinia, Pomidory z puszki (krojone)
Obiad Łopatka w sosie z suszonych pomidorów z surówką z białej kapusty	Wieprzowina, łopatka, Cebula czerwona, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Kapusta biała, Marchew, Koper ogrodowy, Pietruszka, liście, Oliwa z oliwek Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Wieprzowina, łopatka, Cebula czerwona, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Kapusta biała, Marchew, Koper ogrodowy, Pietruszka, liście, Oliwa z oliwek Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Wieprzowina, łopatka, Cebula czerwona, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Kapusta biała, Marchew, Koper ogrodowy, Pietruszka, liście, Oliwa z oliwek Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
Podwieczorek Keto krem kokosowy z jeżynami	Jeżyny, mrożone, Erytrytol, Mleko kokosowe, Wiórki kokosowe, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego) Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Jeżyny, mrożone, Erytrytol, Mleko kokosowe, Wiórki kokosowe, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego) Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Jeżyny, mrożone, Erytrytol, Mleko kokosowe, Wiórki kokosowe, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego) Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
Kolacja Cytrynowe udka kurczaka z tymiankiem podane z Coleslawem	Noga (udo) kurczaka, Cytryna, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Tymianek (świeży), Sok cytrynowy, Czosnek, Cebula czerwona, Kapusta biała, Marchew, Majonez domowy z olejem rzepakowym Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	Noga (udo) kurczaka, Cytryna, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Tymianek (świeży), Sok cytrynowy, Czosnek, Cebula czerwona, Kapusta biała, Marchew, Majonez domowy z olejem rzepakowym Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	Noga (udo) kurczaka, Cytryna, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Tymianek (świeży), Sok cytrynowy, Czosnek, Cebula czerwona, Kapusta biała, Marchew, Majonez domowy z olejem rzepakowym Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne