

Posiłek / potrawa / składniki	1800 kcal - 5 posiłków	2700 kcal - 5 posiłków	3500 kcal - 5 posiłków
Śniadanie Caprese z szynką dojrzewającą	Szynka długodojrzwająca (plastry) (mięso wieprzowe, sól, glukoza, imbir, pieprz, czosnek, ekstrakt przypraw, bakterie kwasu mlekowego), SER MOZZARELLA (kulki) (MLEKO krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Pomidor, Bazylia świeża, Oliwa z oliwek Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Szynka długodojrzwająca (plastry) (mięso wieprzowe, sól, glukoza, imbir, pieprz, czosnek, ekstrakt przypraw, bakterie kwasu mlekowego), SER MOZZARELLA (kulki) (MLEKO krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Pomidor, Bazylia świeża, Oliwa z oliwek Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Szynka długodojrzwająca (plastry) (mięso wieprzowe, sól, glukoza, imbir, pieprz, czosnek, ekstrakt przypraw, bakterie kwasu mlekowego), SER MOZZARELLA (kulki) (MLEKO krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Pomidor, Bazylia świeża, Oliwa z oliwek Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
Drugie śniadanie Keto bajaderki	MASŁO ORZECHOWE (ORZECZY ARACHIDOWE 100%), Erytrytol, Kakao 16%, proszek, Odżywka białkowa, Wiórki kokosowe Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne	MASŁO ORZECHOWE (ORZECZY ARACHIDOWE 100%), Erytrytol, Kakao 16%, proszek, Odżywka białkowa, Wiórki kokosowe Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne	MASŁO ORZECHOWE (ORZECZY ARACHIDOWE 100%), Erytrytol, Kakao 16%, proszek, Odżywka białkowa, Wiórki kokosowe Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne
Obiad Butter chicken, surówka z ogórka	Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Imbir świeży, Czosnek, Sok cytrynowy, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Pomidory z puszeki (krojone), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Kmin rzymski (kumin), Ocet balsamiczny, Ogórek, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego) Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Imbir świeży, Czosnek, Sok cytrynowy, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Pomidory z puszeki (krojone), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Kmin rzymski (kumin), Ocet balsamiczny, Ogórek, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego) Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Imbir świeży, Czosnek, Sok cytrynowy, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Pomidory z puszeki (krojone), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Kmin rzymski (kumin), Ocet balsamiczny, Ogórek, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego) Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
Podwieczorek Sałatka z camembertem i orzechami	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), ORZECZY WŁOSKIE, SER CAMEMBERT (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka, kultury mleczarskie, kultury pleśniowe, Penicillium candidum), Erytrytol, Oliwa z oliwek, Sok cytrynowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Woda Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), ORZECZY WŁOSKIE, SER CAMEMBERT (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka, kultury mleczarskie, kultury pleśniowe, Penicillium candidum), Erytrytol, Oliwa z oliwek, Sok cytrynowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Woda Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), ORZECZY WŁOSKIE, SER CAMEMBERT (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka, kultury mleczarskie, kultury pleśniowe, Penicillium candidum), Erytrytol, Oliwa z oliwek, Sok cytrynowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Woda Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne
Kolacja Pulpety z indyka w sosie koperkowym, pomidor ze szczypiorkiem	Oliwa z oliwek, Marchew, Szczypiorek, Cebula, Masa JAJECZNA, Oliwa z oliwek, Mięso z piersi indyka, bez skóry, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Koper ogrodowy Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Oliwa z oliwek, Marchew, Szczypiorek, Cebula, Masa JAJECZNA, Oliwa z oliwek, Mięso z piersi indyka, bez skóry, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Koper ogrodowy Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Oliwa z oliwek, Marchew, Szczypiorek, Cebula, Masa JAJECZNA, Oliwa z oliwek, Mięso z piersi indyka, bez skóry, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Koper ogrodowy Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne