

Posiłek / potrawa / składniki	LUNCH BOX OFFICE - 3 posiłki (drugie śniadanie, obiad, podwieczorek)	LUNCH BOX 1600 kcal - 3 posiłki (śniadanie, obiad, kolacja)	1500 kcal - 5 posiłków	2000 kcal - 5 posiłków	2500 kcal - 5 posiłków	3000 kcal - 5 posiłków
<b>Śniadanie</b> Bufeczka wrocławska z serkiem łososowym i warzywami		<p>BUŁKA WROCŁAWSKA (mąka PSZENNA, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI), Ogórek, Papryka czerwona, SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), ŁOSOŚ, ŚWIEŻY, Koper ogrodowy</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>BUŁKA WROCŁAWSKA (mąka PSZENNA, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI), Ogórek, Papryka czerwona, SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), ŁOSOŚ, ŚWIEŻY, Koper ogrodowy</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>BUŁKA WROCŁAWSKA (mąka PSZENNA, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI), Ogórek, Papryka czerwona, SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), ŁOSOŚ, ŚWIEŻY, Koper ogrodowy</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>BUŁKA WROCŁAWSKA (mąka PSZENNA, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI), Ogórek, Papryka czerwona, SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), ŁOSOŚ, ŚWIEŻY, Koper ogrodowy</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>BUŁKA WROCŁAWSKA (mąka PSZENNA, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI), Ogórek, Papryka czerwona, SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), ŁOSOŚ, ŚWIEŻY, Koper ogrodowy</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>
<b>Drugie śniadanie</b> Koktajl jagodowy	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Czarne jagody, mrożone, Mleko spożywcze, 1,5 % tłuszczu, Miód pszczeli, Woda</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>		<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Czarne jagody, mrożone, Mleko spożywcze, 1,5 % tłuszczu, Miód pszczeli, Woda</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Czarne jagody, mrożone, Mleko spożywcze, 1,5 % tłuszczu, Miód pszczeli, Woda</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Czarne jagody, mrożone, Mleko spożywcze, 1,5 % tłuszczu, Miód pszczeli, Woda</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Czarne jagody, mrożone, Mleko spożywcze, 1,5 % tłuszczu, Miód pszczeli, Woda</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>
<b>Obiad</b> Koperkowa potrawka z kurczaka, kasza perłowa, surówka z marchewki z żurawiną	<p>KASZA JĘCZMIENNA, PERŁOWA, Marchew, Jabłko, Żurawina suszona, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Koper ogrodowy, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), MAKA PSZENNA, TYP 550, Bulion warzywny</p> <p>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 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>KASZA JĘCZMIENNA, PERŁOWA, Marchew, Jabłko, Żurawina suszona, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Koper ogrodowy, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), MAKA PSZENNA, TYP 550, Bulion warzywny</p> <p>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 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>KASZA JĘCZMIENNA, PERŁOWA, Marchew, Jabłko, Żurawina suszona, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Koper ogrodowy, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), MAKA PSZENNA, TYP 550, Bulion warzywny</p> <p>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 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>KASZA JĘCZMIENNA, PERŁOWA, Marchew, Jabłko, Żurawina suszona, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Koper ogrodowy, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), MAKA PSZENNA, TYP 550, Bulion warzywny</p> <p>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 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>KASZA JĘCZMIENNA, PERŁOWA, Marchew, Jabłko, Żurawina suszona, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Koper ogrodowy, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), MAKA PSZENNA, TYP 550, Bulion warzywny</p> <p>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 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>KASZA JĘCZMIENNA, PERŁOWA, Marchew, Jabłko, Żurawina suszona, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Koper ogrodowy, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), MAKA PSZENNA, TYP 550, Bulion warzywny</p> <p>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 10. gorczyca i produkty pochodne</p>
<b>Podwieczorek</b> Jogurtowy pudding chia z malinami	<p>Maliny, mrożone, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Miód pszczeli, Nasiona chia, Mleko kokosowe</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Maliny, mrożone, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Miód pszczeli, Nasiona chia, Mleko kokosowe</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Maliny, mrożone, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Miód pszczeli, Nasiona chia, Mleko kokosowe</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Maliny, mrożone, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Miód pszczeli, Nasiona chia, Mleko kokosowe</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Maliny, mrożone, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Miód pszczeli, Nasiona chia, Mleko kokosowe</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>

**Kolacja**

Tabbouleh z kolorową fasolką szparagową i fetą

Ser typu Feta, Kuskus,  
Fasolka szparagowa,  
Pietruszka, liście, Cebula  
czerwona, Oliwa z oliwek, Sok  
cytrynowy, Miód pszczeli

**Alergeny:**

1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne
7. mleko i produkty pochodne

Ser typu Feta, Kuskus,  
Fasolka szparagowa,  
Pietruszka, liście, Cebula  
czerwona, Oliwa z oliwek, Sok  
cytrynowy, Miód pszczeli

**Alergeny:**

1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne
7. mleko i produkty pochodne

Ser typu Feta, Kuskus,  
Fasolka szparagowa,  
Pietruszka, liście, Cebula  
czerwona, Oliwa z oliwek, Sok  
cytrynowy, Miód pszczeli

**Alergeny:**

1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne
7. mleko i produkty pochodne

Ser typu Feta, Kuskus,  
Fasolka szparagowa,  
Pietruszka, liście, Cebula  
czerwona, Oliwa z oliwek, Sok  
cytrynowy, Miód pszczeli

**Alergeny:**

1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne
7. mleko i produkty pochodne

Ser typu Feta, Kuskus,  
Fasolka szparagowa,  
Pietruszka, liście, Cebula  
czerwona, Oliwa z oliwek, Sok  
cytrynowy, Miód pszczeli

**Alergeny:**

1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne
7. mleko i produkty pochodne