

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> Jogurt z musli i owocami		JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Len, nasiona, Płatki owsiane, ORZECHY ARACHIDOWE, CZEKOLADA GORZKA (miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Płatki kukurydziane, Czarne jagody, mrożone, Miód pszczeli, Skrobia ziemniaczana  Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Len, nasiona, Płatki owsiane, ORZECHY ARACHIDOWE, CZEKOLADA GORZKA (miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Płatki kukurydziane, Czarne jagody, mrożone, Miód pszczeli, Skrobia ziemniaczana  Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Len, nasiona, Płatki owsiane, ORZECHY ARACHIDOWE, CZEKOLADA GORZKA (miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Płatki kukurydziane, Czarne jagody, mrożone, Miód pszczeli, Skrobia ziemniaczana  Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Len, nasiona, Płatki owsiane, ORZECHY ARACHIDOWE, CZEKOLADA GORZKA (miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Płatki kukurydziane, Czarne jagody, mrożone, Miód pszczeli, Skrobia ziemniaczana  Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Len, nasiona, Płatki owsiane, ORZECHY ARACHIDOWE, CZEKOLADA GORZKA (miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Płatki kukurydziane, Czarne jagody, mrożone, Miód pszczeli, Skrobia ziemniaczana  Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne
<b>Drugie śniadanie</b> Żółta fasolka szparagowa z bułką tartą	Żółtka fasolka szparagowa, mrożona, BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%)  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		Żółtka fasolka szparagowa, mrożona, BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%)  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	Żółtka fasolka szparagowa, mrożona, BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%)  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	Żółtka fasolka szparagowa, mrożona, BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%)  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	Żółtka fasolka szparagowa, mrożona, BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%)  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
<b>Obiad</b> Sznycelki z kurczaka w sosie własnym, pure ziemniaczane, surówka z marchewki	Ziemniaki, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Marchew, Jabłko, Żurawina suszona, Olej rzepakowy, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Cebula, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA)  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Ziemniaki, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Marchew, Jabłko, Żurawina suszona, Olej rzepakowy, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Cebula, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA)  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Ziemniaki, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Marchew, Jabłko, Żurawina suszona, Olej rzepakowy, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Cebula, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA)  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Ziemniaki, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Marchew, Jabłko, Żurawina suszona, Olej rzepakowy, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Cebula, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA)  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Ziemniaki, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Marchew, Jabłko, Żurawina suszona, Olej rzepakowy, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Cebula, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA)  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Ziemniaki, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Marchew, Jabłko, Żurawina suszona, Olej rzepakowy, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Cebula, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA)  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
<b>Podwieczorek</b> Smoothie z mango i szpinakiem	Mango, Banan, Szpinak, Woda		Mango, Banan, Szpinak, Woda	Mango, Banan, Szpinak, Woda	Mango, Banan, Szpinak, Woda	Mango, Banan, Szpinak, Woda

**Kolacja**

Pieczeń drobiowa z suszonymi pomidorami, zielona sałatka, sos czosnkowy

Noga (udo) kurczaka, Szpinak, Cebula, Czosnek, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Masa JAJECZNA, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Papryka czerwona, Szczypiorek, Papryka zielona, Słonecznik, nasiona, łuskane, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czosnek, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar)

## Alergeny:

3. jaja i produkty pochodne  
7. mleko i produkty pochodne  
10. gorczyca i produkty pochodne

Noga (udo) kurczaka, Szpinak, Cebula, Czosnek, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Masa JAJECZNA, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Papryka czerwona, Szczypiorek, Papryka zielona, Słonecznik, nasiona, łuskane, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czosnek, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar)

## Alergeny:

3. jaja i produkty pochodne  
7. mleko i produkty pochodne  
10. gorczyca i produkty pochodne

Noga (udo) kurczaka, Szpinak, Cebula, Czosnek, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Masa JAJECZNA, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Papryka czerwona, Szczypiorek, Papryka zielona, Słonecznik, nasiona, łuskane, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czosnek, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar)

## Alergeny:

3. jaja i produkty pochodne  
7. mleko i produkty pochodne  
10. gorczyca i produkty pochodne

Noga (udo) kurczaka, Szpinak, Cebula, Czosnek, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Masa JAJECZNA, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Papryka czerwona, Szczypiorek, Papryka zielona, Słonecznik, nasiona, łuskane, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czosnek, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar)

## Alergeny:

3. jaja i produkty pochodne  
7. mleko i produkty pochodne  
10. gorczyca i produkty pochodne

Noga (udo) kurczaka, Szpinak, Cebula, Czosnek, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Masa JAJECZNA, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Papryka czerwona, Szczypiorek, Papryka zielona, Słonecznik, nasiona, łuskane, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czosnek, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar)

## Alergeny:

3. jaja i produkty pochodne  
7. mleko i produkty pochodne  
10. gorczyca i produkty pochodne