

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
<p><b>Śniadanie</b> Omlet paprykowy z chilli i cheddarem</p>		<p>Rukola, Papryka czerwona, Ogórek, Masa JAJECZNA, Papryka czerwona, mrożona, Papryczka ostra chili, SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Szczypiorek, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Rukola, Papryka czerwona, Ogórek, Masa JAJECZNA, Papryka czerwona, mrożona, Papryczka ostra chili, SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Szczypiorek, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Rukola, Papryka czerwona, Ogórek, Masa JAJECZNA, Papryka czerwona, mrożona, Papryczka ostra chili, SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Szczypiorek, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Rukola, Papryka czerwona, Ogórek, Masa JAJECZNA, Papryka czerwona, mrożona, Papryczka ostra chili, SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Szczypiorek, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Rukola, Papryka czerwona, Ogórek, Masa JAJECZNA, Papryka czerwona, mrożona, Papryczka ostra chili, SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Szczypiorek, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>
<p><b>Drugie śniadanie</b> Chafwowy krem twarogowy z wiśniami</p>	<p>Wiśnie bez pestek, mrożone, CHAŁWA WANILIOWA (miażga SEZAMOWA, syrop glukozowy, białko JAJA w proszku, ekstrakt z korzenia mydlnicy, naturalny aromat waniliowy, aromat), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p>	<p>Wiśnie bez pestek, mrożone, CHAŁWA WANILIOWA (miażga SEZAMOWA, syrop glukozowy, białko JAJA w proszku, ekstrakt z korzenia mydlnicy, naturalny aromat waniliowy, aromat), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p>	<p>Wiśnie bez pestek, mrożone, CHAŁWA WANILIOWA (miażga SEZAMOWA, syrop glukozowy, białko JAJA w proszku, ekstrakt z korzenia mydlnicy, naturalny aromat waniliowy, aromat), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p>	<p>Wiśnie bez pestek, mrożone, CHAŁWA WANILIOWA (miażga SEZAMOWA, syrop glukozowy, białko JAJA w proszku, ekstrakt z korzenia mydlnicy, naturalny aromat waniliowy, aromat), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p>	<p>Wiśnie bez pestek, mrożone, CHAŁWA WANILIOWA (miażga SEZAMOWA, syrop glukozowy, białko JAJA w proszku, ekstrakt z korzenia mydlnicy, naturalny aromat waniliowy, aromat), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p>	<p>Wiśnie bez pestek, mrożone, CHAŁWA WANILIOWA (miażga SEZAMOWA, syrop glukozowy, białko JAJA w proszku, ekstrakt z korzenia mydlnicy, naturalny aromat waniliowy, aromat), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p>
<p><b>Obiad</b> Vege kofty, ryż biały, surówka z pomidorów</p>	<p>Roszpionka, Ryż biały, Pomidor, Papryka czerwona, Oliwa z oliwek, Szczypiorek, JOGURT GRECKI (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Ogórek, Koper ogrodowy, Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), Cukinia, Czosnek</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 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Roszpionka, Ryż biały, Pomidor, Papryka czerwona, Oliwa z oliwek, Szczypiorek, JOGURT GRECKI (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Ogórek, Koper ogrodowy, Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), Cukinia, Czosnek</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 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Roszpionka, Ryż biały, Pomidor, Papryka czerwona, Oliwa z oliwek, Szczypiorek, JOGURT GRECKI (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Ogórek, Koper ogrodowy, Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), Cukinia, Czosnek</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 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Roszpionka, Ryż biały, Pomidor, Papryka czerwona, Oliwa z oliwek, Szczypiorek, JOGURT GRECKI (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Ogórek, Koper ogrodowy, Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), Cukinia, Czosnek</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 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Roszpionka, Ryż biały, Pomidor, Papryka czerwona, Oliwa z oliwek, Szczypiorek, JOGURT GRECKI (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Ogórek, Koper ogrodowy, Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), Cukinia, Czosnek</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 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Roszpionka, Ryż biały, Pomidor, Papryka czerwona, Oliwa z oliwek, Szczypiorek, JOGURT GRECKI (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Ogórek, Koper ogrodowy, Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), Cukinia, Czosnek</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 7. mleko i produkty pochodne</p>

<b>Podwieczorek</b> Smoothie jabłko-wiśnia	Wiśnie bez pestek, mrożone, Sok cytrynowy, Sok jabłkowy, Miód pszczeli		Wiśnie bez pestek, mrożone, Sok cytrynowy, Sok jabłkowy, Miód pszczeli	Wiśnie bez pestek, mrożone, Sok cytrynowy, Sok jabłkowy, Miód pszczeli	Wiśnie bez pestek, mrożone, Sok cytrynowy, Sok jabłkowy, Miód pszczeli	Wiśnie bez pestek, mrożone, Sok cytrynowy, Sok jabłkowy, Miód pszczeli
<b>Kolacja</b> Klasyczna zapiekanka		Rukola, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czosnek, Pieczarka uprawna, świeża, BAGIETKI FRANCUSKIE (mąka PSZENNA, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI), SER GOUDA wiórki(MLEKO spożywcze, sól, bakterie fermentacji mlekowej), Cebula  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	Rukola, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czosnek, Pieczarka uprawna, świeża, BAGIETKI FRANCUSKIE (mąka PSZENNA, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI), SER GOUDA wiórki(MLEKO spożywcze, sól, bakterie fermentacji mlekowej), Cebula  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	Rukola, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czosnek, Pieczarka uprawna, świeża, BAGIETKI FRANCUSKIE (mąka PSZENNA, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI), SER GOUDA wiórki(MLEKO spożywcze, sól, bakterie fermentacji mlekowej), Cebula  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	Rukola, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czosnek, Pieczarka uprawna, świeża, BAGIETKI FRANCUSKIE (mąka PSZENNA, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI), SER GOUDA wiórki(MLEKO spożywcze, sól, bakterie fermentacji mlekowej), Cebula  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	Rukola, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czosnek, Pieczarka uprawna, świeża, BAGIETKI FRANCUSKIE (mąka PSZENNA, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI), SER GOUDA wiórki(MLEKO spożywcze, sól, bakterie fermentacji mlekowej), Cebula  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