

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
Śniadanie Bajgiel z ogórkowym serkiem z ziołami i jajkiem sadzonym		BAJGIEL (mąka PSZENNA, woda, cukier, olej roślinny rzepakowy, drożdże, sól), JAJA KURZE CAŁE, SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Szczypiorek, Koper ogrodowy, Bazylia świeża, Ogórek 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	BAJGIEL (mąka PSZENNA, woda, cukier, olej roślinny rzepakowy, drożdże, sól), JAJA KURZE CAŁE, SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Szczypiorek, Koper ogrodowy, Bazylia świeża, Ogórek 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	BAJGIEL (mąka PSZENNA, woda, cukier, olej roślinny rzepakowy, drożdże, sól), JAJA KURZE CAŁE, SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Szczypiorek, Koper ogrodowy, Bazylia świeża, Ogórek 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	BAJGIEL (mąka PSZENNA, woda, cukier, olej roślinny rzepakowy, drożdże, sól), JAJA KURZE CAŁE, SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Szczypiorek, Koper ogrodowy, Bazylia świeża, Ogórek 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	BAJGIEL (mąka PSZENNA, woda, cukier, olej roślinny rzepakowy, drożdże, sól), JAJA KURZE CAŁE, SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Szczypiorek, Koper ogrodowy, Bazylia świeża, Ogórek 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
Drugie śniadanie Ciasto marchewkowe	.Ciasto czekoladowo-marchewkowe (mąka PSZENNA, marchew, mąka ziemniaczana, cynamon, proszek do pieczenia, miód pszczeli, olej rzepakowy, kakao, czekolada deserowa) 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	.Ciasto czekoladowo-marchewkowe (mąka PSZENNA, marchew, mąka ziemniaczana, cynamon, proszek do pieczenia, miód pszczeli, olej rzepakowy, kakao, czekolada deserowa) 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	.Ciasto czekoladowo-marchewkowe (mąka PSZENNA, marchew, mąka ziemniaczana, cynamon, proszek do pieczenia, miód pszczeli, olej rzepakowy, kakao, czekolada deserowa) 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	.Ciasto czekoladowo-marchewkowe (mąka PSZENNA, marchew, mąka ziemniaczana, cynamon, proszek do pieczenia, miód pszczeli, olej rzepakowy, kakao, czekolada deserowa) 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	.Ciasto czekoladowo-marchewkowe (mąka PSZENNA, marchew, mąka ziemniaczana, cynamon, proszek do pieczenia, miód pszczeli, olej rzepakowy, kakao, czekolada deserowa) 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	.Ciasto czekoladowo-marchewkowe (mąka PSZENNA, marchew, mąka ziemniaczana, cynamon, proszek do pieczenia, miód pszczeli, olej rzepakowy, kakao, czekolada deserowa) 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
Obiad Dorsz w sosie chimichurri z pieczonymi warzywami i surówką z kiszzonej kapusty	Ziemniaki, młode, Batat, Marchew, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście, Cytryna, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Pietruszka, liście, Czosnek, Cebula czerwona, Oliwa z oliwek, Ocet winny, Papryczka chilli, Szczypiorek, Marchew, Oliwa z oliwek, Jabłko, Kapusta kiszona Alergeny: 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Ziemniaki, młode, Batat, Marchew, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście, Cytryna, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Pietruszka, liście, Czosnek, Cebula czerwona, Oliwa z oliwek, Ocet winny, Papryczka chilli, Szczypiorek, Marchew, Oliwa z oliwek, Jabłko, Kapusta kiszona Alergeny: 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Ziemniaki, młode, Batat, Marchew, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście, Cytryna, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Pietruszka, liście, Czosnek, Cebula czerwona, Oliwa z oliwek, Ocet winny, Papryczka chilli, Szczypiorek, Marchew, Oliwa z oliwek, Jabłko, Kapusta kiszona Alergeny: 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Ziemniaki, młode, Batat, Marchew, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście, Cytryna, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Pietruszka, liście, Czosnek, Cebula czerwona, Oliwa z oliwek, Ocet winny, Papryczka chilli, Szczypiorek, Marchew, Oliwa z oliwek, Jabłko, Kapusta kiszona Alergeny: 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Ziemniaki, młode, Batat, Marchew, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście, Cytryna, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Pietruszka, liście, Czosnek, Cebula czerwona, Oliwa z oliwek, Ocet winny, Papryczka chilli, Szczypiorek, Marchew, Oliwa z oliwek, Jabłko, Kapusta kiszona Alergeny: 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Ziemniaki, młode, Batat, Marchew, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście, Cytryna, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Pietruszka, liście, Czosnek, Cebula czerwona, Oliwa z oliwek, Ocet winny, Papryczka chilli, Szczypiorek, Marchew, Oliwa z oliwek, Jabłko, Kapusta kiszona Alergeny: 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne

<p>Podwieczorek Zupa grzybowa z makaronem</p>	<p>Ziemniaki, MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda), Cebula, Por, mrożony, Marchew, mrożona, Pietruszka, korzeń, SELER NACIOWY, Podgrzybki, mrożone, Pieczarka uprawna, mrożona, Pietruszka, liście, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), 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 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne</p>	<p>Ziemniaki, MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda), Cebula, Por, mrożony, Marchew, mrożona, Pietruszka, korzeń, SELER NACIOWY, Podgrzybki, mrożone, Pieczarka uprawna, mrożona, Pietruszka, liście, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), 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 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne</p>	<p>Ziemniaki, MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda), Cebula, Por, mrożony, Marchew, mrożona, Pietruszka, korzeń, SELER NACIOWY, Podgrzybki, mrożone, Pieczarka uprawna, mrożona, Pietruszka, liście, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), 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 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne</p>	<p>Ziemniaki, MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda), Cebula, Por, mrożony, Marchew, mrożona, Pietruszka, korzeń, SELER NACIOWY, Podgrzybki, mrożone, Pieczarka uprawna, mrożona, Pietruszka, liście, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), 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 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne</p>	<p>Ziemniaki, MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda), Cebula, Por, mrożony, Marchew, mrożona, Pietruszka, korzeń, SELER NACIOWY, Podgrzybki, mrożone, Pieczarka uprawna, mrożona, Pietruszka, liście, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), 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 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne</p>	<p>Ziemniaki, MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda), Cebula, Por, mrożony, Marchew, mrożona, Pietruszka, korzeń, SELER NACIOWY, Podgrzybki, mrożone, Pieczarka uprawna, mrożona, Pietruszka, liście, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), 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 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne</p>
<p>Kolacja Ziółowy kuskus z warzywami i białą fasolą</p>	<p>KASZA KUSKUS, ORZECHY WŁOSKIE, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Ocet balsamiczny, Pietruszka, liście, Tymianek (świeży), Bazylia świeża, Sok cytrynowy, Fasola konserwowa biała (fasola biała, woda, sól), Rukola, Cukinia</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 8. orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland i produkty pochodne</p>	<p>KASZA KUSKUS, ORZECHY WŁOSKIE, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Ocet balsamiczny, Pietruszka, liście, Tymianek (świeży), Bazylia świeża, Sok cytrynowy, Fasola konserwowa biała (fasola biała, woda, sól), Rukola, Cukinia</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 8. orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland i produkty pochodne</p>	<p>KASZA KUSKUS, ORZECHY WŁOSKIE, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Ocet balsamiczny, Pietruszka, liście, Tymianek (świeży), Bazylia świeża, Sok cytrynowy, Fasola konserwowa biała (fasola biała, woda, sól), Rukola, Cukinia</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 8. orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland i produkty pochodne</p>	<p>KASZA KUSKUS, ORZECHY WŁOSKIE, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Ocet balsamiczny, Pietruszka, liście, Tymianek (świeży), Bazylia świeża, Sok cytrynowy, Fasola konserwowa biała (fasola biała, woda, sól), Rukola, Cukinia</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 8. orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland i produkty pochodne</p>	<p>KASZA KUSKUS, ORZECHY WŁOSKIE, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Ocet balsamiczny, Pietruszka, liście, Tymianek (świeży), Bazylia świeża, Sok cytrynowy, Fasola konserwowa biała (fasola biała, woda, sól), Rukola, Cukinia</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 8. orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland i produkty pochodne</p>	<p>KASZA KUSKUS, ORZECHY WŁOSKIE, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Ocet balsamiczny, Pietruszka, liście, Tymianek (świeży), Bazylia świeża, Sok cytrynowy, Fasola konserwowa biała (fasola biała, woda, sól), Rukola, Cukinia</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 8. orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland i produkty pochodne</p>