

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> Frittata z fetą, cukinią i chilli		Cukinia, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Masa JAJECZNA, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Papryczka ostra chili, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Ogórek, Papryka czerwona  Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Cukinia, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Masa JAJECZNA, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Papryczka ostra chili, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Ogórek, Papryka czerwona  Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Cukinia, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Masa JAJECZNA, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Papryczka ostra chili, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Ogórek, Papryka czerwona  Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Cukinia, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Masa JAJECZNA, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Papryczka ostra chili, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Ogórek, Papryka czerwona  Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Cukinia, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Masa JAJECZNA, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Papryczka ostra chili, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Ogórek, Papryka czerwona  Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne
<b>Drugie śniadanie</b> Fit bajaderki	CZEKOLADA GORZKA ( miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Kakao 16%, proszek, Erytrytol, Olej kokosowy, Rodzynki, suszone, Żurawina suszona, Śliwki bez pestek, suszone, Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól)		CZEKOLADA GORZKA ( miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Kakao 16%, proszek, Erytrytol, Olej kokosowy, Rodzynki, suszone, Żurawina suszona, Śliwki bez pestek, suszone, Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól)	CZEKOLADA GORZKA ( miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Kakao 16%, proszek, Erytrytol, Olej kokosowy, Rodzynki, suszone, Żurawina suszona, Śliwki bez pestek, suszone, Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól)	CZEKOLADA GORZKA ( miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Kakao 16%, proszek, Erytrytol, Olej kokosowy, Rodzynki, suszone, Żurawina suszona, Śliwki bez pestek, suszone, Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól)	CZEKOLADA GORZKA ( miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Kakao 16%, proszek, Erytrytol, Olej kokosowy, Rodzynki, suszone, Żurawina suszona, Śliwki bez pestek, suszone, Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól)
<b>Obiad</b> Pieczone bruschetty z dorsza z kaszą bulgur i fasolką szparagowa	KASZA BULGUR, Fasolka szparagowa, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, Pomidory z puszki (krojone), Czosnek, Oliwa z oliwek, Oliwki czarne, Bazylia świeża, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym)  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	KASZA BULGUR, Fasolka szparagowa, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, Pomidory z puszki (krojone), Czosnek, Oliwa z oliwek, Oliwki czarne, Bazylia świeża, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym)  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	KASZA BULGUR, Fasolka szparagowa, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, Pomidory z puszki (krojone), Czosnek, Oliwa z oliwek, Oliwki czarne, Bazylia świeża, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym)  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	KASZA BULGUR, Fasolka szparagowa, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, Pomidory z puszki (krojone), Czosnek, Oliwa z oliwek, Oliwki czarne, Bazylia świeża, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym)  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	KASZA BULGUR, Fasolka szparagowa, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, Pomidory z puszki (krojone), Czosnek, Oliwa z oliwek, Oliwki czarne, Bazylia świeża, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym)  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	KASZA BULGUR, Fasolka szparagowa, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, Pomidory z puszki (krojone), Czosnek, Oliwa z oliwek, Oliwki czarne, Bazylia świeża, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym)  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
<b>Podwieczorek</b> Warzywa zapiekane z fetą	Fasolka szparagowa żółta, Papryka czerwona, Cebula, Czosnek, Oliwa z oliwek, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Pomidory koktajlowe  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne		Fasolka szparagowa żółta, Papryka czerwona, Cebula, Czosnek, Oliwa z oliwek, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Pomidory koktajlowe  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Fasolka szparagowa żółta, Papryka czerwona, Cebula, Czosnek, Oliwa z oliwek, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Pomidory koktajlowe  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Fasolka szparagowa żółta, Papryka czerwona, Cebula, Czosnek, Oliwa z oliwek, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Pomidory koktajlowe  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Fasolka szparagowa żółta, Papryka czerwona, Cebula, Czosnek, Oliwa z oliwek, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Pomidory koktajlowe  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne

**Kolacja**

Bulgur z cukinią, ziołami i kolorową papryką

KASZA BULGUR, Oliwa z oliwek, Cebula, mrożona, Cukinia, Papryka zielona, Papryka czerwona, Tymianek (świeży), Bazylia świeża, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda)

## Alergeny:

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

KASZA BULGUR, Oliwa z oliwek, Cebula, mrożona, Cukinia, Papryka zielona, Papryka czerwona, Tymianek (świeży), Bazylia świeża, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda)

## Alergeny:

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

KASZA BULGUR, Oliwa z oliwek, Cebula, mrożona, Cukinia, Papryka zielona, Papryka czerwona, Tymianek (świeży), Bazylia świeża, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda)

## Alergeny:

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

KASZA BULGUR, Oliwa z oliwek, Cebula, mrożona, Cukinia, Papryka zielona, Papryka czerwona, Tymianek (świeży), Bazylia świeża, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda)

## Alergeny:

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

KASZA BULGUR, Oliwa z oliwek, Cebula, mrożona, Cukinia, Papryka zielona, Papryka czerwona, Tymianek (świeży), Bazylia świeża, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda)

## Alergeny:

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