

Posiłek / potrawa / składniki	LUNCH BOX OFFICE - 3 posiłki (drugie śniadanie, obiad, podwieczerek)	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> Salatka nicejska z indykiem		JAJA GOTOWANE, Oliwki czarne, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymaska, cykorią), Kapary, Pomidor, Mięso z podudzia indyka, bez skóry, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Oliwa z oliwek, Sok cytrynowy, Erytrytol  Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	JAJA GOTOWANE, Oliwki czarne, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymaska, cykorią), Kapary, Pomidor, Mięso z podudzia indyka, bez skóry, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Oliwa z oliwek, Sok cytrynowy, Erytrytol  Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	JAJA GOTOWANE, Oliwki czarne, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymaska, cykorią), Kapary, Pomidor, Mięso z podudzia indyka, bez skóry, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Oliwa z oliwek, Sok cytrynowy, Erytrytol  Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	JAJA GOTOWANE, Oliwki czarne, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymaska, cykorią), Kapary, Pomidor, Mięso z podudzia indyka, bez skóry, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Oliwa z oliwek, Sok cytrynowy, Erytrytol  Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	JAJA GOTOWANE, Oliwki czarne, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymaska, cykorią), Kapary, Pomidor, Mięso z podudzia indyka, bez skóry, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Oliwa z oliwek, Sok cytrynowy, Erytrytol  Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne
<b>Drugie śniadanie</b> Proteinowy deser z siemieniem lnianym z borówkami	Borówki amerykańskie, Mleko kokosowe, Siemie lniane, Erytrytol, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Odżywka białkowa  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Borówki amerykańskie, Mleko kokosowe, Siemie lniane, Erytrytol, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Odżywka białkowa  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Borówki amerykańskie, Mleko kokosowe, Siemie lniane, Erytrytol, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Odżywka białkowa  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Borówki amerykańskie, Mleko kokosowe, Siemie lniane, Erytrytol, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Odżywka białkowa  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Borówki amerykańskie, Mleko kokosowe, Siemie lniane, Erytrytol, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Odżywka białkowa  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Borówki amerykańskie, Mleko kokosowe, Siemie lniane, Erytrytol, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Odżywka białkowa  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
<b>Obiad</b> Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym z kaszą orkiszową	Pomidory z puszki (krojone), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cebula, Pietruszka, liście, Wierzowina, łopatka (mielona), Kapusta pekińska, Masa JAJECZNA, Ryż biały, KASZA ORKISZOWA  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	Pomidory z puszki (krojone), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cebula, Pietruszka, liście, Wierzowina, łopatka (mielona), Kapusta pekińska, Masa JAJECZNA, Ryż biały, KASZA ORKISZOWA  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	Pomidory z puszki (krojone), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cebula, Pietruszka, liście, Wierzowina, łopatka (mielona), Kapusta pekińska, Masa JAJECZNA, Ryż biały, KASZA ORKISZOWA  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	Pomidory z puszki (krojone), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cebula, Pietruszka, liście, Wierzowina, łopatka (mielona), Kapusta pekińska, Masa JAJECZNA, Ryż biały, KASZA ORKISZOWA  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	Pomidory z puszki (krojone), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cebula, Pietruszka, liście, Wierzowina, łopatka (mielona), Kapusta pekińska, Masa JAJECZNA, Ryż biały, KASZA ORKISZOWA  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	Pomidory z puszki (krojone), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cebula, Pietruszka, liście, Wierzowina, łopatka (mielona), Kapusta pekińska, Masa JAJECZNA, Ryż biały, KASZA ORKISZOWA  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
<b>Podwieczerek</b> Kasza bulgur z fetą, ogórkiem i granatem	KASZA BULGUR, Ogórek, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Pietruszka, liście, Granat, Szpinak, Oliwa z oliwek  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	KASZA BULGUR, Ogórek, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Pietruszka, liście, Granat, Szpinak, Oliwa z oliwek  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	KASZA BULGUR, Ogórek, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Pietruszka, liście, Granat, Szpinak, Oliwa z oliwek  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	KASZA BULGUR, Ogórek, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Pietruszka, liście, Granat, Szpinak, Oliwa z oliwek  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	KASZA BULGUR, Ogórek, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Pietruszka, liście, Granat, Szpinak, Oliwa z oliwek  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	KASZA BULGUR, Ogórek, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Pietruszka, liście, Granat, Szpinak, Oliwa z oliwek  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

**Kolacja**

Grahamka z ogórkowym serkiem z ziołami i jajkiem sadzonym

BUŁKA GRAHAMKA (mąka PSZENNA graham, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI), 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

BUŁKA GRAHAMKA (mąka PSZENNA graham, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI), 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

BUŁKA GRAHAMKA (mąka PSZENNA graham, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI), 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

BUŁKA GRAHAMKA (mąka PSZENNA graham, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI), 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

BUŁKA GRAHAMKA (mąka PSZENNA graham, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI), 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