

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 Kanapka z jajkiem sadzonym, sosem chrzanowym i ogórkiem kiszonym		Chleb bezglutenowy (skrobia kukurydziana, mąka ryżowa, mąka gryczana, błonnik jabłkowy, skrobia ryżowa, olej rzepakowy, białko sojowe, cukier,sól), Ogórki kiszone, Rukola, Chrzan, Majonez z olejem rzepakowym, JOGURT NATURALNY BEZ LAKTOZY (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), JAJA KURZE CAŁE Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	Chleb bezglutenowy (skrobia kukurydziana, mąka ryżowa, mąka gryczana, błonnik jabłkowy, skrobia ryżowa, olej rzepakowy, białko sojowe, cukier,sól), Ogórki kiszone, Rukola, Chrzan, Majonez z olejem rzepakowym, JOGURT NATURALNY BEZ LAKTOZY (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), JAJA KURZE CAŁE Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	Chleb bezglutenowy (skrobia kukurydziana, mąka ryżowa, mąka gryczana, błonnik jabłkowy, skrobia ryżowa, olej rzepakowy, białko sojowe, cukier,sól), Ogórki kiszone, Rukola, Chrzan, Majonez z olejem rzepakowym, JOGURT NATURALNY BEZ LAKTOZY (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), JAJA KURZE CAŁE Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	Chleb bezglutenowy (skrobia kukurydziana, mąka ryżowa, mąka gryczana, błonnik jabłkowy, skrobia ryżowa, olej rzepakowy, białko sojowe, cukier,sól), Ogórki kiszone, Rukola, Chrzan, Majonez z olejem rzepakowym, JOGURT NATURALNY BEZ LAKTOZY (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), JAJA KURZE CAŁE Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	Chleb bezglutenowy (skrobia kukurydziana, mąka ryżowa, mąka gryczana, błonnik jabłkowy, skrobia ryżowa, olej rzepakowy, białko sojowe, cukier,sól), Ogórki kiszone, Rukola, Chrzan, Majonez z olejem rzepakowym, JOGURT NATURALNY BEZ LAKTOZY (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), JAJA KURZE CAŁE Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne
Drugie śniadanie Kocktajl porzeczkowy	MLEKO BEZLAKTOZOWE 1,5%, Porzeczki czarne, mrożone, Miód pszczełli, Mleko kokosowe Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	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	MLEKO BEZLAKTOZOWE 1,5%, Porzeczki czarne, mrożone, Miód pszczełli, Mleko kokosowe Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	MLEKO BEZLAKTOZOWE 1,5%, Porzeczki czarne, mrożone, Miód pszczełli, Mleko kokosowe Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	MLEKO BEZLAKTOZOWE 1,5%, Porzeczki czarne, mrożone, Miód pszczełli, Mleko kokosowe Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	MLEKO BEZLAKTOZOWE 1,5%, Porzeczki czarne, mrożone, Miód pszczełli, Mleko kokosowe Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
Obiad Makaron z cukinią, chilli i parmezanem	Makaron bezglutenowy (mąka kukurydziana, mąka ryżowa), Cukinia, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Papryczka ostra chili, Pietruszka, liście, Ser twarde długodojrzewający (tarty) Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Makaron bezglutenowy (mąka kukurydziana, mąka ryżowa), Cukinia, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Papryczka ostra chili, Pietruszka, liście, Ser twarde długodojrzewający (tarty) Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Makaron bezglutenowy (mąka kukurydziana, mąka ryżowa), Cukinia, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Papryczka ostra chili, Pietruszka, liście, Ser twarde długodojrzewający (tarty) Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Makaron bezglutenowy (mąka kukurydziana, mąka ryżowa), Cukinia, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Papryczka ostra chili, Pietruszka, liście, Ser twarde długodojrzewający (tarty) Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Makaron bezglutenowy (mąka kukurydziana, mąka ryżowa), Cukinia, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Papryczka ostra chili, Pietruszka, liście, Ser twarde długodojrzewający (tarty) Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Makaron bezglutenowy (mąka kukurydziana, mąka ryżowa), Cukinia, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Papryczka ostra chili, Pietruszka, liście, Ser twarde długodojrzewający (tarty) Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
Podwieczorek Truskawkowy pudding chia z białą czekoladą	CZEKOLADA BIAŁA (Cukier, tłuszcz kakaowy, MLEKO pełne w proszku, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Wiórki kokosowe, JOGURT NATURALNY BEZ LAKTOZY (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczełli, Truskawki, Nasiona chia Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	CZEKOLADA BIAŁA (Cukier, tłuszcz kakaowy, MLEKO pełne w proszku, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Wiórki kokosowe, JOGURT NATURALNY BEZ LAKTOZY (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczełli, Truskawki, mrożone, Nasiona chia Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	CZEKOLADA BIAŁA (Cukier, tłuszcz kakaowy, MLEKO pełne w proszku, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Wiórki kokosowe, JOGURT NATURALNY BEZ LAKTOZY (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczełli, Truskawki, mrożone, Nasiona chia Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	CZEKOLADA BIAŁA (Cukier, tłuszcz kakaowy, MLEKO pełne w proszku, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Wiórki kokosowe, JOGURT NATURALNY BEZ LAKTOZY (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczełli, Truskawki, mrożone, Nasiona chia Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	CZEKOLADA BIAŁA (Cukier, tłuszcz kakaowy, MLEKO pełne w proszku, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Wiórki kokosowe, JOGURT NATURALNY BEZ LAKTOZY (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczełli, Truskawki, mrożone, Nasiona chia Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	CZEKOLADA BIAŁA (Cukier, tłuszcz kakaowy, MLEKO pełne w proszku, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Wiórki kokosowe, JOGURT NATURALNY BEZ LAKTOZY (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczełli, Truskawki, mrożone, Nasiona chia Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne

Kolacja

Sałatka z brokułem, żurawiną i prażonymi nasionami słonecznika

Miks sałat
(lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Brokuły, Żurawina suszona, SER FETA BEZ LAKTOZY (MLEKO krowie bez laktozy, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Słonecznik, nasiona, łuskane, JOGURT NATURALNY BEZ LAKTOZY (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Czosnek

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

Miks sałat
(lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Brokuły, Żurawina suszona, SER FETA BEZ LAKTOZY (MLEKO krowie bez laktozy, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Słonecznik, nasiona, łuskane, JOGURT NATURALNY BEZ LAKTOZY (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Czosnek

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

Miks sałat
(lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Brokuły, Żurawina suszona, SER FETA BEZ LAKTOZY (MLEKO krowie bez laktozy, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Słonecznik, nasiona, łuskane, JOGURT NATURALNY BEZ LAKTOZY (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Czosnek

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

Miks sałat
(lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Brokuły, Żurawina suszona, SER FETA BEZ LAKTOZY (MLEKO krowie bez laktozy, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Słonecznik, nasiona, łuskane, JOGURT NATURALNY BEZ LAKTOZY (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Czosnek

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

Miks sałat
(lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Brokuły, Żurawina suszona, SER FETA BEZ LAKTOZY (MLEKO krowie bez laktozy, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Słonecznik, nasiona, łuskane, JOGURT NATURALNY BEZ LAKTOZY (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Czosnek

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