

Posiłek / potrawa / składniki	1800 kcal - 5 posiłków	2500 kcal - 5 posiłków	3500 kcal - 6 posiłków	4000 kcal - 6 posiłków
Śniadanie Sałatka nicejska z indykiem	JAJA GOTOWANE, Oliwki czarne, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorია), 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, Miód pszczeli Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	JAJA GOTOWANE, Oliwki czarne, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorია), 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, Miód pszczeli Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	JAJA GOTOWANE, Oliwki czarne, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorია), 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, Miód pszczeli Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	JAJA GOTOWANE, Oliwki czarne, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorია), 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, Miód pszczeli Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne
Drugie śniadanie Proteinowy deser chia z malinami	Maliny, mrożone, Mleko kokosowe, Nasiona chia, Miód pszczeli, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Odżywka białkowa Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Maliny, mrożone, Mleko kokosowe, Nasiona chia, Miód pszczeli, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Odżywka białkowa Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Maliny, mrożone, Mleko kokosowe, Nasiona chia, Miód pszczeli, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Odżywka białkowa Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Maliny, mrożone, Mleko kokosowe, Nasiona chia, Miód pszczeli, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Odżywka białkowa Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
Obiad Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym z puree ziemniaczanym z koperkiem	Pomidory z puszeki (krojone), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cebula, Pietruszka, liście, Wieprzowina, łopatka (mielona), Kapusta pekińska, Masa JAJECZNA, Ryż biały, Ziemniaki, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Koper ogrodowy Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Pomidory z puszeki (krojone), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cebula, Pietruszka, liście, Wieprzowina, łopatka (mielona), Kapusta pekińska, Masa JAJECZNA, Ryż biały, Ziemniaki, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Koper ogrodowy Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Pomidory z puszeki (krojone), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cebula, Pietruszka, liście, Wieprzowina, łopatka (mielona), Kapusta pekińska, Masa JAJECZNA, Ryż biały, Ziemniaki, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Koper ogrodowy Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Pomidory z puszeki (krojone), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cebula, Pietruszka, liście, Wieprzowina, łopatka (mielona), Kapusta pekińska, Masa JAJECZNA, Ryż biały, Ziemniaki, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Koper ogrodowy Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne
Obiad II Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z ryżem			ORZECHY ARACHIDOWE, Ryż biały, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Papryka mix (papryka czerwona, papryka zielona, papryka żółta), Marchew, Olej kokosowy, Ananas, plasty w syropie, Ocet ryżowy, Miód pszczeli, Czosnek, Imbir świeży, Skrobia ziemniaczana Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne	ORZECHY ARACHIDOWE, Ryż biały, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Papryka mix (papryka czerwona, papryka zielona, papryka żółta), Marchew, Olej kokosowy, Ananas, plasty w syropie, Ocet ryżowy, Miód pszczeli, Czosnek, Imbir świeży, Skrobia ziemniaczana Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne
Podwieczorek Caprese z pieczonym burakiem i mozzarellą	Szpinak, Buraki, gotowane w wodzie, SER MOZZARELLA (kulki) (MLEKO krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Oliwa z oliwek, Bazylia świeża, Ocet balsamiczny, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli, Woda Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Szpinak, Buraki, gotowane w wodzie, SER MOZZARELLA (kulki) (MLEKO krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Oliwa z oliwek, Bazylia świeża, Ocet balsamiczny, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli, Woda Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Szpinak, Buraki, gotowane w wodzie, SER MOZZARELLA (kulki) (MLEKO krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Oliwa z oliwek, Bazylia świeża, Ocet balsamiczny, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli, Woda Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Szpinak, Buraki, gotowane w wodzie, SER MOZZARELLA (kulki) (MLEKO krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Oliwa z oliwek, Bazylia świeża, Ocet balsamiczny, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli, Woda Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
Kolacja Bałkańskie kotlecki z pieczonymi warzywami i sosem tzatziki	Cebula, Czosnek, Masa JAJECZNA, Oliwki czarne, Pietruszka, liście, BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), Wieprzowina, łopatka, Marchew, Bakłażan, Cukinia, Oliwa z oliwek, Ziemniaki, Czosnek, Ogórek, JOGURT GRECKI (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych) 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	Cebula, Czosnek, Masa JAJECZNA, Oliwki czarne, Pietruszka, liście, BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), Wieprzowina, łopatka, Marchew, Bakłażan, Cukinia, Oliwa z oliwek, Ziemniaki, Czosnek, Ogórek, JOGURT GRECKI (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych) 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	Cebula, Czosnek, Masa JAJECZNA, Oliwki czarne, Pietruszka, liście, BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), Wieprzowina, łopatka, Marchew, Bakłażan, Cukinia, Oliwa z oliwek, Ziemniaki, Czosnek, Ogórek, JOGURT GRECKI (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych) 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	Cebula, Czosnek, Masa JAJECZNA, Oliwki czarne, Pietruszka, liście, BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), Wieprzowina, łopatka, Marchew, Bakłażan, Cukinia, Oliwa z oliwek, Ziemniaki, Czosnek, Ogórek, JOGURT GRECKI (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych) 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