

Posiłek / potrawa / składniki	1800 kcal - 5 posiłków	2500 kcal - 5 posiłków	3500 kcal - 6 posiłków	4000 kcal - 6 posiłków
<b>Śniadanie</b> Owsianka z makiem i owocami	Maliny, mrożone, Mus jabłkowy (jabłko, cukier, skrobia modyfikowana, regulator kwasowości - kwas cytrynowy), Miód pszczeli, Mleko spożywcze, 1,5 % tłuszczu, Płatki owsiane, Mak niebieski  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Maliny, mrożone, Mus jabłkowy (jabłko, cukier, skrobia modyfikowana, regulator kwasowości - kwas cytrynowy), Miód pszczeli, Mleko spożywcze, 1,5 % tłuszczu, Płatki owsiane, Mak niebieski  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Maliny, mrożone, Mus jabłkowy (jabłko, cukier, skrobia modyfikowana, regulator kwasowości - kwas cytrynowy), Miód pszczeli, Mleko spożywcze, 1,5 % tłuszczu, Płatki owsiane, Mak niebieski  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Maliny, mrożone, Mus jabłkowy (jabłko, cukier, skrobia modyfikowana, regulator kwasowości - kwas cytrynowy), Miód pszczeli, Mleko spożywcze, 1,5 % tłuszczu, Płatki owsiane, Mak niebieski  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
<b>Drugie śniadanie</b> Aromatyczna zupa z soczewicy	Cebula, Czosnek, Oliwa z oliwek, Śmietanka kremowa, 30% tłuszczu, Soczewica czerwona, nasiona suche, Sok cytrynowy, Imbir świeży, Bulion warzywny, Sos sojowy, Ziemniaki, późne, Marchew	Cebula, Czosnek, Oliwa z oliwek, Śmietanka kremowa, 30% tłuszczu, Soczewica czerwona, nasiona suche, Sok cytrynowy, Imbir świeży, Bulion warzywny, Sos sojowy, Ziemniaki, późne, Marchew	Cebula, Czosnek, Oliwa z oliwek, Śmietanka kremowa, 30% tłuszczu, Soczewica czerwona, nasiona suche, Sok cytrynowy, Imbir świeży, Bulion warzywny, Sos sojowy, Ziemniaki, późne, Marchew	Cebula, Czosnek, Oliwa z oliwek, Śmietanka kremowa, 30% tłuszczu, Soczewica czerwona, nasiona suche, Sok cytrynowy, Imbir świeży, Bulion warzywny, Sos sojowy, Ziemniaki, późne, Marchew
<b>Obiad</b> Wieprzowina tandoori, ryż curry, warzywa na parze	Ryż biały, Curry, Wieprzowina, łopatka, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Koncentrat pomidorowy, 30%, Sok cytrynowy, Sól biała, Czosnek, Imbir świeży, Kolendra (liście), Garam masala, Kminek, Papryczka ostra chili, Kurkuma, Cynamon, Marchew, Brokuły, Kalafor  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Ryż biały, Curry, Wieprzowina, łopatka, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Koncentrat pomidorowy, 30%, Sok cytrynowy, Sól biała, Czosnek, Imbir świeży, Kolendra (liście), Garam masala, Kminek, Papryczka ostra chili, Kurkuma, Cynamon, Marchew, Brokuły, Kalafor  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Ryż biały, Curry, Wieprzowina, łopatka, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Koncentrat pomidorowy, 30%, Sok cytrynowy, Sól biała, Czosnek, Imbir świeży, Kolendra (liście), Garam masala, Kminek, Papryczka ostra chili, Kurkuma, Cynamon, Marchew, Brokuły, Kalafor  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Ryż biały, Curry, Wieprzowina, łopatka, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Koncentrat pomidorowy, 30%, Sok cytrynowy, Sól biała, Czosnek, Imbir świeży, Kolendra (liście), Garam masala, Kminek, Papryczka ostra chili, Kurkuma, Cynamon, Marchew, Brokuły, Kalafor  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
<b>Obiad II</b> Schab w sosie śmietankowym, puree ziemniaczane, surówka z ogórka i rzodkiewki			Wieprzowina, schab surowy bez kości, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Oliwa z oliwek, Cebula, Pietruszka, liście, Ziemniaki, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Ogórek, Rzodkiewka, Oliwa z oliwek, Szczypiorek  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Wieprzowina, schab surowy bez kości, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Oliwa z oliwek, Cebula, Pietruszka, liście, Ziemniaki, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Ogórek, Rzodkiewka, Oliwa z oliwek, Szczypiorek  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
<b>Podwieczorek</b> Koktajl wiśnia w czekoladzie	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Miód pszczeli, Wiśnie bez pestek, mrożone, Kakao 16%, proszek, Woda, Odżywka białkowa  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Miód pszczeli, Wiśnie bez pestek, mrożone, Kakao 16%, proszek, Woda, Odżywka białkowa  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Miód pszczeli, Wiśnie bez pestek, mrożone, Kakao 16%, proszek, Woda, Odżywka białkowa  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Miód pszczeli, Wiśnie bez pestek, mrożone, Kakao 16%, proszek, Woda, Odżywka białkowa  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
<b>Kolacja</b> Sałatka makaronowa z kurczakiem i suszonymi pomidorami	Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, MAKARON PENNE (mąka z PSZENICY durum, woda), Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Słonecznik, nasiona, luskane, Sok cytrynowy, Miód pszczeli, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Czosnek, Rukola  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	Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, MAKARON PENNE (mąka z PSZENICY durum, woda), Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Słonecznik, nasiona, luskane, Sok cytrynowy, Miód pszczeli, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Czosnek, Rukola  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	Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, MAKARON PENNE (mąka z PSZENICY durum, woda), Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Słonecznik, nasiona, luskane, Sok cytrynowy, Miód pszczeli, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Czosnek, Rukola  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	Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, MAKARON PENNE (mąka z PSZENICY durum, woda), Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Słonecznik, nasiona, luskane, Sok cytrynowy, Miód pszczeli, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Czosnek, Rukola  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