

Posiłek / potrawa / składniki	1500 kcal - 5 posiłków	2000 kcal - 5 posiłków	2500 kcal - 5 posiłków	3000 kcal - 5 posiłków
<b>Śniadanie</b> Focaccia z jajkiem sadzonym, pesto i pomidorem	Rukola, Focaccia (mąka pszenna, woda, drożdże, sól, oliwki, rozmaryn), Jaja kurze całe, Pomidor, Pesto zielone z bazylii (bazylii, olej rzepakowy, słonecznik, czosnek)  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 8. orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland i produkty pochodne	Rukola, Focaccia (mąka pszenna, woda, drożdże, sól, oliwki, rozmaryn), Jaja kurze całe, Pomidor, Pesto zielone z bazylii (bazylii, olej rzepakowy, słonecznik, czosnek)  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 8. orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland i produkty pochodne	Rukola, Focaccia (mąka pszenna, woda, drożdże, sól, oliwki, rozmaryn), Jaja kurze całe, Pomidor, Pesto zielone z bazylii (bazylii, olej rzepakowy, słonecznik, czosnek)  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 8. orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland i produkty pochodne	Rukola, Focaccia (mąka pszenna, woda, drożdże, sól, oliwki, rozmaryn), Jaja kurze całe, Pomidor, Pesto zielone z bazylii (bazylii, olej rzepakowy, słonecznik, czosnek)  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 8. orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland i produkty pochodne
<b>Śniadanie</b> Kasza kukurydziana z bananem i morelą	MIGDAŁY W PŁATKACH, Truskawki, mrożone, Cukier, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Banan, Morele, mrożone, Kasza kukurydziana, Miód pszczeli, Cynamon  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 8. orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland i produkty pochodne	MIGDAŁY W PŁATKACH, Truskawki, mrożone, Cukier, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Banan, Morele, mrożone, Kasza kukurydziana, Miód pszczeli, Cynamon  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 8. orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland i produkty pochodne	MIGDAŁY W PŁATKACH, Truskawki, mrożone, Cukier, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Banan, Morele, mrożone, Kasza kukurydziana, Miód pszczeli, Cynamon  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 8. orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland i produkty pochodne	MIGDAŁY W PŁATKACH, Truskawki, mrożone, Cukier, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Banan, Morele, mrożone, Kasza kukurydziana, Miód pszczeli, Cynamon  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 8. orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland i produkty pochodne
<b>Śniadanie</b> Śalátka ryżowa z chorizo, papryką i prażonym słonecznikiem	Roszponka, Ryż biały, Chorizo (mięso wieprzowe, sól, papryka, pieprz cayenne, syrop glukozowy, cukier, przyprawy, naturalne ostonki wieprzowe), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Papryka czerwona, Szczypiorek, Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), Słonecznik, nasiona, łuskane  Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	Roszponka, Ryż biały, Chorizo (mięso wieprzowe, sól, papryka, pieprz cayenne, syrop glukozowy, cukier, przyprawy, naturalne ostonki wieprzowe), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Papryka czerwona, Szczypiorek, Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), Słonecznik, nasiona, łuskane  Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	Roszponka, Ryż biały, Chorizo (mięso wieprzowe, sól, papryka, pieprz cayenne, syrop glukozowy, cukier, przyprawy, naturalne ostonki wieprzowe), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Papryka czerwona, Szczypiorek, Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), Słonecznik, nasiona, łuskane  Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	Roszponka, Ryż biały, Chorizo (mięso wieprzowe, sól, papryka, pieprz cayenne, syrop glukozowy, cukier, przyprawy, naturalne ostonki wieprzowe), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Papryka czerwona, Szczypiorek, Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), Słonecznik, nasiona, łuskane  Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne
<b>Śniadanie</b> Bowl chia z prażonym jabłkiem i musli orzechowo-owsianym	Mus jabłkowy (jabłko, cukier, skrobia modyfikowana, regulator kwasowości - kwas cytrynowy), Cynamon, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Nasiona chia, Miód pszczeli, ORZECHY ARACHIDOWE, Płatki owsiane  Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Mus jabłkowy (jabłko, cukier, skrobia modyfikowana, regulator kwasowości - kwas cytrynowy), Cynamon, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Nasiona chia, Miód pszczeli, ORZECHY ARACHIDOWE, Płatki owsiane  Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Mus jabłkowy (jabłko, cukier, skrobia modyfikowana, regulator kwasowości - kwas cytrynowy), Cynamon, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Nasiona chia, Miód pszczeli, ORZECHY ARACHIDOWE, Płatki owsiane  Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Mus jabłkowy (jabłko, cukier, skrobia modyfikowana, regulator kwasowości - kwas cytrynowy), Cynamon, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Nasiona chia, Miód pszczeli, ORZECHY ARACHIDOWE, Płatki owsiane  Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne
<b>Drugie śniadanie</b> Koktajl szpinakowy z ananase	Szpinak, Banan, Ananas, plasty w syropie, Mleko kokosowe, Woda	Szpinak, Banan, Ananas, plasty w syropie, Mleko kokosowe, Woda	Szpinak, Banan, Ananas, plasty w syropie, Mleko kokosowe, Woda	Szpinak, Banan, Ananas, plasty w syropie, Mleko kokosowe, Woda
<b>Drugie śniadanie</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

<p><b>Drugie śniadanie</b> Fit bajaderki</p>	<p>CZEKOLADA GORZKA ( miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Kakao 16%, proszek, Miód pszczeli, Olej kokosowy, Rodzynki, suszone, Żurawina suszona, Śliwki bez pestek, suszone, Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól)</p>	<p>CZEKOLADA GORZKA ( miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Kakao 16%, proszek, Miód pszczeli, Olej kokosowy, Rodzynki, suszone, Żurawina suszona, Śliwki bez pestek, suszone, Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól)</p>	<p>CZEKOLADA GORZKA ( miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Kakao 16%, proszek, Miód pszczeli, Olej kokosowy, Rodzynki, suszone, Żurawina suszona, Śliwki bez pestek, suszone, Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól)</p>	<p>CZEKOLADA GORZKA ( miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Kakao 16%, proszek, Miód pszczeli, Olej kokosowy, Rodzynki, suszone, Żurawina suszona, Śliwki bez pestek, suszone, Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól)</p>
<p><b>Drugie śniadanie</b> Sałatka ryżowa z selerem i kukurydzą</p>	<p>Ryż biały, Ananas, plasty w syropie, Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Szcypiorek, SELER KONSERWOWY (SELER, woda, cukier, ocet spirytusowy, sól)</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Ryż biały, Ananas, plasty w syropie, Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Szcypiorek, SELER KONSERWOWY (SELER, woda, cukier, ocet spirytusowy, sól)</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Ryż biały, Ananas, plasty w syropie, Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Szcypiorek, SELER KONSERWOWY (SELER, woda, cukier, ocet spirytusowy, sól)</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Ryż biały, Ananas, plasty w syropie, Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Szcypiorek, SELER KONSERWOWY (SELER, woda, cukier, ocet spirytusowy, sól)</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>
<p><b>Obiad</b> Kurczak w sosie z suszonych pomidorów, bazyliowy kuskus, sałatka</p>	<p>KASZA KUSKUS, Bazylia świeża, Czosnek, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Sok cytrynowy, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Bulion warzywny, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorია), Pomidor</p> <p>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</p>	<p>KASZA KUSKUS, Bazylia świeża, Czosnek, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Sok cytrynowy, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Bulion warzywny, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorია), Pomidor</p> <p>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</p>	<p>KASZA KUSKUS, Bazylia świeża, Czosnek, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Sok cytrynowy, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Bulion warzywny, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorია), Pomidor</p> <p>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</p>	<p>KASZA KUSKUS, Bazylia świeża, Czosnek, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Sok cytrynowy, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Bulion warzywny, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorია), Pomidor</p> <p>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</p>
<p><b>Obiad</b> Vege carbonara z pieczoną ciecierzycą</p>	<p>Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), Czosnek, Pietruszka, liście, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny</p> <p>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</p>	<p>Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), Czosnek, Pietruszka, liście, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny</p> <p>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</p>	<p>Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), Czosnek, Pietruszka, liście, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny</p> <p>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</p>	<p>Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), Czosnek, Pietruszka, liście, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny</p> <p>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</p>
<p><b>Obiad</b> Burger wołowy z karmelizowaną czerwoną cebulą w bułce</p>	<p>BUŁKA PSZENNA HAMBURGEROWA (mąka PSZENNA, woda, MASŁO, MLEKO w proszku pełne, drożdże, masa JAJOWA, cukier, sól, glukoza, kwas askorbinowy), Wołowina udziec mielona, Sałata lodowa, Pomidor, Ogórki, konserwowe (ogórki, woda, cukier, ocet spirytusowy, sól, koper), Cebula czerwona, Miód pszczeli, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Ocet balsamiczny</p> <p>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</p>	<p>BUŁKA PSZENNA HAMBURGEROWA (mąka PSZENNA, woda, MASŁO, MLEKO w proszku pełne, drożdże, masa JAJOWA, cukier, sól, glukoza, kwas askorbinowy), Wołowina udziec mielona, Sałata lodowa, Pomidor, Ogórki, konserwowe (ogórki, woda, cukier, ocet spirytusowy, sól, koper), Cebula czerwona, Miód pszczeli, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Ocet balsamiczny</p> <p>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</p>	<p>BUŁKA PSZENNA HAMBURGEROWA (mąka PSZENNA, woda, MASŁO, MLEKO w proszku pełne, drożdże, masa JAJOWA, cukier, sól, glukoza, kwas askorbinowy), Wołowina udziec mielona, Sałata lodowa, Pomidor, Ogórki, konserwowe (ogórki, woda, cukier, ocet spirytusowy, sól, koper), Cebula czerwona, Miód pszczeli, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Ocet balsamiczny</p> <p>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</p>	<p>BUŁKA PSZENNA HAMBURGEROWA (mąka PSZENNA, woda, MASŁO, MLEKO w proszku pełne, drożdże, masa JAJOWA, cukier, sól, glukoza, kwas askorbinowy), Wołowina udziec mielona, Sałata lodowa, Pomidor, Ogórki, konserwowe (ogórki, woda, cukier, ocet spirytusowy, sól, koper), Cebula czerwona, Miód pszczeli, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Ocet balsamiczny</p> <p>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</p>
<p><b>Obiad</b> Kluski śląskie w śmietanowym sosie z marchewką i pieczarkami, surówka z kiszzonego ogórka</p>	<p>KLUSKI ŚLĄSKIE (ziemniaki, skrobia ziemniaczana, masa JAJOWA, płatki ziemniaczane, woda), Cebula, mrożona, Pieczarka uprawna, świeża, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Czosnek, Marchew mini, Bazylia świeża, Bulion warzywny, Ogórki kiszzone (ogórek gruntowy, sól), Marchew, Szcypiorek, Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>KLUSKI ŚLĄSKIE (ziemniaki, skrobia ziemniaczana, masa JAJOWA, płatki ziemniaczane, woda), Cebula, mrożona, Pieczarka uprawna, świeża, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Czosnek, Marchew mini, Bazylia świeża, Bulion warzywny, Ogórki kiszzone (ogórek gruntowy, sól), Marchew, Szcypiorek, Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>KLUSKI ŚLĄSKIE (ziemniaki, skrobia ziemniaczana, masa JAJOWA, płatki ziemniaczane, woda), Cebula, mrożona, Pieczarka uprawna, świeża, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Czosnek, Marchew mini, Bazylia świeża, Bulion warzywny, Ogórki kiszzone (ogórek gruntowy, sól), Marchew, Szcypiorek, Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>KLUSKI ŚLĄSKIE (ziemniaki, skrobia ziemniaczana, masa JAJOWA, płatki ziemniaczane, woda), Cebula, mrożona, Pieczarka uprawna, świeża, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Czosnek, Marchew mini, Bazylia świeża, Bulion warzywny, Ogórki kiszzone (ogórek gruntowy, sól), Marchew, Szcypiorek, Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>

<p><b>Podwieczorek</b> Jablecznik</p>	<p>JABŁECZNIK (jabłko prażone, mąka PSZENNA, cukier, woda, kwas cytrynowy, MASŁO 83%, żelatyna, cukier waniliowy, cynamon, KEFIR, proszek do pieczenia)</p>	<p>JABŁECZNIK (jabłko prażone, mąka PSZENNA, cukier, woda, kwas cytrynowy, MASŁO 83%, żelatyna, cukier waniliowy, cynamon, KEFIR, proszek do pieczenia)</p>	<p>JABŁECZNIK (jabłko prażone, mąka PSZENNA, cukier, woda, kwas cytrynowy, MASŁO 83%, żelatyna, cukier waniliowy, cynamon, KEFIR, proszek do pieczenia)</p>	<p>JABŁECZNIK (jabłko prażone, mąka PSZENNA, cukier, woda, kwas cytrynowy, MASŁO 83%, żelatyna, cukier waniliowy, cynamon, KEFIR, proszek do pieczenia)</p> <p>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</p>
<p><b>Podwieczorek</b> Pudding ryżowy z truskawkami i białą czekoladą</p>	<p>Truskawki, mrożone, Cukier, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Płatki ryżowe, Mleko kokosowe, Miód pszczeli, Wiórki kokosowe, Ekstrakt waniliowy</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Truskawki, mrożone, Cukier, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Płatki ryżowe, Mleko kokosowe, Miód pszczeli, Wiórki kokosowe, Ekstrakt waniliowy</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Truskawki, mrożone, Cukier, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Płatki ryżowe, Mleko kokosowe, Miód pszczeli, Wiórki kokosowe, Ekstrakt waniliowy</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Truskawki, mrożone, Cukier, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Płatki ryżowe, Mleko kokosowe, Miód pszczeli, Wiórki kokosowe, Ekstrakt waniliowy</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>
<p><b>Podwieczorek</b> Chrupiąca sałatka rzodkiewką, groszkiem i kiełkami</p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymaska, cykoria), JAJA GOTOWANE, Kiełki rzodkiewki, Dynia, pestki, łuskane, Rzodkiewka, Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy, Olej rzepakowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Sok cytrynowy, Miód pszczeli, Woda</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymaska, cykoria), JAJA GOTOWANE, Kiełki rzodkiewki, Dynia, pestki, łuskane, Rzodkiewka, Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy, Olej rzepakowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Sok cytrynowy, Miód pszczeli, Woda</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymaska, cykoria), JAJA GOTOWANE, Kiełki rzodkiewki, Dynia, pestki, łuskane, Rzodkiewka, Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy, Olej rzepakowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Sok cytrynowy, Miód pszczeli, Woda</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymaska, cykoria), JAJA GOTOWANE, Kiełki rzodkiewki, Dynia, pestki, łuskane, Rzodkiewka, Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy, Olej rzepakowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Sok cytrynowy, Miód pszczeli, Woda</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>
<p><b>Podwieczorek</b> Toskańska zupa z suszonymi pomidorami</p>	<p>Cebula, mrożona, Oliwa z oliwek, Marchew, Cukinia, Koncentrat pomidorowy, 30%, Pomidory z puszeki (krojone), Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Ziemiaki, Czosnek, Bazylia świeża, Kapusta biała, Bulion warzywny, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Cebula, mrożona, Oliwa z oliwek, Marchew, Cukinia, Koncentrat pomidorowy, 30%, Pomidory z puszeki (krojone), Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Ziemiaki, Czosnek, Bazylia świeża, Kapusta biała, Bulion warzywny, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Cebula, mrożona, Oliwa z oliwek, Marchew, Cukinia, Koncentrat pomidorowy, 30%, Pomidory z puszeki (krojone), Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Ziemiaki, Czosnek, Bazylia świeża, Kapusta biała, Bulion warzywny, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Cebula, mrożona, Oliwa z oliwek, Marchew, Cukinia, Koncentrat pomidorowy, 30%, Pomidory z puszeki (krojone), Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Ziemiaki, Czosnek, Bazylia świeża, Kapusta biała, Bulion warzywny, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>
<p><b>Kolacja</b> Ziemiaki z gzikiem i kiszonym ogórkiem</p>	<p>Ziemiaki, młode, Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), Dynia, pestki, łuskane, SER TWAROGOWY PÓLTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Szczypiorek</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Ziemiaki, młode, Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), Dynia, pestki, łuskane, SER TWAROGOWY PÓLTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Szczypiorek</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Ziemiaki, młode, Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), Dynia, pestki, łuskane, SER TWAROGOWY PÓLTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Szczypiorek</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Ziemiaki, młode, Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), Dynia, pestki, łuskane, SER TWAROGOWY PÓLTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Szczypiorek</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>
<p><b>Kolacja</b> Gnocchi w sosie śmietanowo-bazyliowym z suszonymi pomidorami</p>	<p>GNOCCHI (ziemiaki, woda, mąka PSZENNA), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Oliwa z oliwek, Czosnek, Papryczka ostra chili, Bazylia świeża, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Bulion warzywny, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymaska, cykoria), Pomidory kocktajlowe</p> <p>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</p>	<p>GNOCCHI (ziemiaki, woda, mąka PSZENNA), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Oliwa z oliwek, Czosnek, Papryczka ostra chili, Bazylia świeża, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Bulion warzywny, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymaska, cykoria), Pomidory kocktajlowe</p> <p>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</p>	<p>GNOCCHI (ziemiaki, woda, mąka PSZENNA), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Oliwa z oliwek, Czosnek, Papryczka ostra chili, Bazylia świeża, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Bulion warzywny, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymaska, cykoria), Pomidory kocktajlowe</p> <p>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</p>	<p>GNOCCHI (ziemiaki, woda, mąka PSZENNA), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Oliwa z oliwek, Czosnek, Papryczka ostra chili, Bazylia świeża, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Bulion warzywny, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymaska, cykoria), Pomidory kocktajlowe</p> <p>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</p>

<p><b>Kolacja</b> Bałkańskie kotleciki, pieczone warzywa, sos tzatziki</p>	<p>Cebula, Czosnek, Masa JAJECZNA, Oliwki czarne, Pietruszka, liście, BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), Wieprzowina, łopatką, Marchew, Bakłażan, Cukinia, Oliwa z oliwek, Ziemiaki, Czosnek, Ogórek, JOGURT GRECKI (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych)</p> <p>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</p>	<p>Cebula, Czosnek, Masa JAJECZNA, Oliwki czarne, Pietruszka, liście, BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), Wieprzowina, łopatką, Marchew, Bakłażan, Cukinia, Oliwa z oliwek, Ziemiaki, Czosnek, Ogórek, JOGURT GRECKI (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych)</p> <p>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</p>	<p>Cebula, Czosnek, Masa JAJECZNA, Oliwki czarne, Pietruszka, liście, BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), Wieprzowina, łopatką, Marchew, Bakłażan, Cukinia, Oliwa z oliwek, Ziemiaki, Czosnek, Ogórek, JOGURT GRECKI (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych)</p> <p>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</p>	<p>Cebula, Czosnek, Masa JAJECZNA, Oliwki czarne, Pietruszka, liście, BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), Wieprzowina, łopatką, Marchew, Bakłażan, Cukinia, Oliwa z oliwek, Ziemiaki, Czosnek, Ogórek, JOGURT GRECKI (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych)</p> <p>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</p>
<p><b>Kolacja</b> Grahamka z pastą jajeczną i pomidorem</p>	<p>BUŁKA GRAHAMKA (mąka PSZENNA graham, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNi), Pomidor, JAJA GOTOWANE, Koper ogrodowy, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Koper ogrodowy</p> <p>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 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>BUŁKA GRAHAMKA (mąka PSZENNA graham, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNi), Pomidor, JAJA GOTOWANE, Koper ogrodowy, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Koper ogrodowy</p> <p>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 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>BUŁKA GRAHAMKA (mąka PSZENNA graham, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNi), Pomidor, JAJA GOTOWANE, Koper ogrodowy, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Koper ogrodowy</p> <p>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 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>BUŁKA GRAHAMKA (mąka PSZENNA graham, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNi), Pomidor, JAJA GOTOWANE, Koper ogrodowy, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Koper ogrodowy</p> <p>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 10. gorczyca i produkty pochodne</p>