

Posiłek / potrawa / składniki	1500 kcal - 5 posiłków	2000 kcal - 5 posiłków	2500 kcal - 5 posiłków	3000 kcal - 5 posiłków
<p><b>Śniadanie</b> Rogal z serkiem egzotycznym z mango i marakują</p>	<p>ROGAL (mąka PSZENNA, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI, mak), Wiórki kokosowe, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), Ananas, plastry w syropie, Miód pszczeli, Mango, Puree z marakuij</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>394,1kcal</b> <b>T:9,8 W:63,2 B:14,0 Bt:4,6</b></p>	<p>ROGAL (mąka PSZENNA, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI, mak), Wiórki kokosowe, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), Ananas, plastry w syropie, Miód pszczeli, Mango, Puree z marakuij</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>503,6kcal</b> <b>T:14,1 W:77,7 B:17,5 Bt:5,4</b></p>	<p>ROGAL (mąka PSZENNA, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI, mak), Wiórki kokosowe, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), Ananas, plastry w syropie, Miód pszczeli, Mango, Puree z marakuij</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>657,0kcal</b> <b>T:20,3 W:98,0 B:22,4 Bt:6,6</b></p>	<p>ROGAL (mąka PSZENNA, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI, mak), Wiórki kokosowe, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), Ananas, plastry w syropie, Miód pszczeli, Mango, Puree z marakuij</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>788,2kcal</b> <b>T:19,6 W:126,5 B:28,0 Bt:9,1</b></p>
<p><b>Śniadanie</b> Chlebek żytni z warzywnym twarogiem z kolorową papryką i nasionami słonecznika</p>	<p>CHLEB ŻYTNI JASNY (mąka ŻYTANIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI), SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Papryka czerwona, Szcypiorek, Papryka zielona, Słonecznik, nasiona, luskane</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>362,5kcal</b> <b>T:11,3 W:48,6 B:18,8 Bt:4,5</b></p>	<p>CHLEB ŻYTNI JASNY (mąka ŻYTANIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI), SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Papryka czerwona, Szcypiorek, Papryka zielona, Słonecznik, nasiona, luskane</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>449,3kcal</b> <b>T:11,7 W:68,7 B:20,1 Bt:5,9</b></p>	<p>CHLEB ŻYTNI JASNY (mąka ŻYTANIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI), SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Papryka czerwona, Szcypiorek, Papryka zielona, Słonecznik, nasiona, luskane</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>449,3kcal</b> <b>T:11,7 W:68,7 B:20,1 Bt:5,9</b></p>	<p>CHLEB ŻYTNI JASNY (mąka ŻYTANIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI), SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Papryka czerwona, Szcypiorek, Papryka zielona, Słonecznik, nasiona, luskane</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>603,5kcal</b> <b>T:15,9 W:91,8 B:27,2 Bt:7,9</b></p>
<p><b>Śniadanie</b> Daktylowa owsianka z mussem truskawkowym i płatkami migdałów</p>	<p>MIGDAŁY W PŁATKACH, Truskawki, mrożone, Cukier, Płatki owsiane, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Daktyle, suszone, Banan</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>366,9kcal</b> <b>T:9,5 W:61,2 B:12,0 Bt:6,3</b></p>	<p>MIGDAŁY W PŁATKACH, Truskawki, mrożone, Cukier, Płatki owsiane, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Daktyle, suszone, Banan</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>489,2kcal</b> <b>T:12,6 W:81,6 B:16,1 Bt:8,5</b></p>	<p>MIGDAŁY W PŁATKACH, Truskawki, mrożone, Cukier, Płatki owsiane, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Daktyle, suszone, Banan</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>489,2kcal</b> <b>T:12,6 W:81,6 B:16,1 Bt:8,5</b></p>	<p>MIGDAŁY W PŁATKACH, Truskawki, mrożone, Cukier, Płatki owsiane, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Daktyle, suszone, Banan</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>698,9kcal</b> <b>T:18,1 W:116,6 B:23,0 Bt:12,1</b></p>
<p><b>Śniadanie</b> Kokosowy ryż z brzoskwinią i białą czekoladą</p>	<p>CZEKOLADA BIAŁA (Cukier, tłuszcz kakaowy, MLEKO pełne w proszku, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy), Ryż biały, Cukier, Ekstrakt waniliowy, Sok cytrynowy, Mleko kokosowe, Wiórki kokosowe, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>355,5kcal</b> <b>T:11,1 W:58,4 B:6,1 Bt:3,8</b></p>	<p>CZEKOLADA BIAŁA (Cukier, tłuszcz kakaowy, MLEKO pełne w proszku, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy), Ryż biały, Cukier, Ekstrakt waniliowy, Sok cytrynowy, Mleko kokosowe, Wiórki kokosowe, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>474,1kcal</b> <b>T:14,8 W:77,9 B:8,2 Bt:5,1</b></p>	<p>CZEKOLADA BIAŁA (Cukier, tłuszcz kakaowy, MLEKO pełne w proszku, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy), Ryż biały, Cukier, Ekstrakt waniliowy, Sok cytrynowy, Mleko kokosowe, Wiórki kokosowe, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>474,1kcal</b> <b>T:14,8 W:77,9 B:8,2 Bt:5,1</b></p>	<p>CZEKOLADA BIAŁA (Cukier, tłuszcz kakaowy, MLEKO pełne w proszku, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy), Ryż biały, Cukier, Ekstrakt waniliowy, Sok cytrynowy, Mleko kokosowe, Wiórki kokosowe, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>592,6kcal</b> <b>T:18,5 W:97,4 B:10,2 Bt:6,3</b></p>

<p><b>Drugie śniadanie</b> Sałatka z selerem naciowym i pestkami słonecznika</p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Żurawina suszona, Słonecznik, nasiona, łuskane, SELER NACIOWY, Ogórek, Olej rzepakowy, Sok cytrynowy, Miód pszczeli, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>209,1kcal</b> <b>T:14,3 W:13,3 B:7,5 Bt:1,8</b></p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Żurawina suszona, Słonecznik, nasiona, łuskane, SELER NACIOWY, Ogórek, Olej rzepakowy, Sok cytrynowy, Miód pszczeli, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>209,1kcal</b> <b>T:14,3 W:13,3 B:7,5 Bt:1,8</b></p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Żurawina suszona, Słonecznik, nasiona, łuskane, SELER NACIOWY, Ogórek, Olej rzepakowy, Sok cytrynowy, Miód pszczeli, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>271,8kcal</b> <b>T:18,6 W:17,3 B:9,8 Bt:2,3</b></p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Żurawina suszona, Słonecznik, nasiona, łuskane, SELER NACIOWY, Ogórek, Olej rzepakowy, Sok cytrynowy, Miód pszczeli, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>271,8kcal</b> <b>T:18,6 W:17,3 B:9,8 Bt:2,3</b></p>
<p><b>Drugie śniadanie</b> Zupa pomidorowa z ryżem</p>	<p>Koncentrat pomidorowy, 30%, Marchew, Pietruszka, korzeń, Por, Ryż biały, SELER KORZENIOWY, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Pomidory z puszki (krojone)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne</p> <p><b>214,2kcal</b> <b>T:9,2 W:28,9 B:4,8 Bt:3,9</b></p>	<p>Koncentrat pomidorowy, 30%, Marchew, Pietruszka, korzeń, Por, Ryż biały, SELER KORZENIOWY, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Pomidory z puszki (krojone)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne</p> <p><b>214,2kcal</b> <b>T:9,2 W:28,9 B:4,8 Bt:3,9</b></p>	<p>Koncentrat pomidorowy, 30%, Marchew, Pietruszka, korzeń, Por, Ryż biały, SELER KORZENIOWY, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Pomidory z puszki (krojone)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne</p> <p><b>336,7kcal</b> <b>T:14,4 W:45,4 B:7,6 Bt:6,1</b></p>	<p>Koncentrat pomidorowy, 30%, Marchew, Pietruszka, korzeń, Por, Ryż biały, SELER KORZENIOWY, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Pomidory z puszki (krojone)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne</p> <p><b>336,7kcal</b> <b>T:14,4 W:45,4 B:7,6 Bt:6,1</b></p>
<p><b>Drugie śniadanie</b> Domowy sernik</p>	<p>SERNIK (SEREK naturalny, cukier, ŚMIETANKA, mąka kukurydziana, kajmak klasyczny, JAJA, mąka PSZENNA, MASŁO, sól)</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>200kcal</b> <b>T:20 W:32 B:6 Bt:0,5</b></p>	<p>SERNIK (SEREK naturalny, cukier, ŚMIETANKA, mąka kukurydziana, kajmak klasyczny, JAJA, mąka PSZENNA, MASŁO, sól)</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>200kcal</b> <b>T:20 W:32 B:6 Bt:0,5</b></p>	<p>SERNIK (SEREK naturalny, cukier, ŚMIETANKA, mąka kukurydziana, kajmak klasyczny, JAJA, mąka PSZENNA, MASŁO, sól)</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>290kcal</b> <b>T:29 W:46,4 B:8,7 Bt:0,7</b></p>	<p>SERNIK (SEREK naturalny, cukier, ŚMIETANKA, mąka kukurydziana, kajmak klasyczny, JAJA, mąka PSZENNA, MASŁO, sól)</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>290kcal</b> <b>T:29 W:46,4 B:8,7 Bt:0,7</b></p>
<p><b>Drugie śniadanie</b> Ajwar z kremowym serkiem podany z nachosami</p>	<p>Tortilla chips NACHOS solone (mąka kukurydziana, olej słonecznikowy, sól), SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Ajwar (papryka czerwona, bakłażan, cukinia)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>231,2kcal</b> <b>T:16,7 W:14,7 B:4,4</b></p>	<p>Tortilla chips NACHOS solone (mąka kukurydziana, olej słonecznikowy, sól), SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Ajwar (papryka czerwona, bakłażan, cukinia)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>231,2kcal</b> <b>T:16,7 W:14,7 B:4,4</b></p>	<p>Tortilla chips NACHOS solone (mąka kukurydziana, olej słonecznikowy, sól), SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Ajwar (papryka czerwona, bakłażan, cukinia)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>289,5kcal</b> <b>T:22,0 W:15,9 B:5,9</b></p>	<p>Tortilla chips NACHOS solone (mąka kukurydziana, olej słonecznikowy, sól), SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Ajwar (papryka czerwona, bakłażan, cukinia)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>289,5kcal</b> <b>T:22,0 W:15,9 B:5,9</b></p>
<p><b>Obiad</b> Burrito z czerwoną fasolą, kukurydzą i cheddarem podane z tortillą</p>	<p>TORTILLA PSZENNA (mąka PSZENNA, woda, olej rzepakowy, stabilizatory: glicerol, guma guar, gluten PSZENNY, sól, glukoza, regulator kwasowości: kwas jabłkowy), SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Rukola, Wieprzowina, łopatką mielone, Fasola czerwona (fasola czerwona, woda, sól), Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), Cebula czerwona, Czosnek, Oliwa z oliwek, Passata pomidorowa (przecier)</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>430,0kcal</b> <b>T:18,3 W:43,4 B:24,0 Bt:4,3</b></p>	<p>TORTILLA PSZENNA (mąka PSZENNA, woda, olej rzepakowy, stabilizatory: glicerol, guma guar, gluten PSZENNY, sól, glukoza, regulator kwasowości: kwas jabłkowy), SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Rukola, Wieprzowina, łopatką mielone, Fasola czerwona (fasola czerwona, woda, sól), Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), Cebula czerwona, Czosnek, Oliwa z oliwek, Passata pomidorowa (przecier)</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>606,3kcal</b> <b>T:28,0 W:51,8 B:37,4 Bt:6,3</b></p>	<p>TORTILLA PSZENNA (mąka PSZENNA, woda, olej rzepakowy, stabilizatory: glicerol, guma guar, gluten PSZENNY, sól, glukoza, regulator kwasowości: kwas jabłkowy), SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Rukola, Wieprzowina, łopatką mielone, Fasola czerwona (fasola czerwona, woda, sól), Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), Cebula czerwona, Czosnek, Oliwa z oliwek, Passata pomidorowa (przecier)</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>681,8kcal</b> <b>T:32,2 W:55,4 B:43,2 Bt:7,2</b></p>	<p>TORTILLA PSZENNA (mąka PSZENNA, woda, olej rzepakowy, stabilizatory: glicerol, guma guar, gluten PSZENNY, sól, glukoza, regulator kwasowości: kwas jabłkowy), SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Rukola, Wieprzowina, łopatką mielone, Fasola czerwona (fasola czerwona, woda, sól), Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), Cebula czerwona, Czosnek, Oliwa z oliwek, Passata pomidorowa (przecier)</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>860,0kcal</b> <b>T:36,7 W:86,8 B:48,0 Bt:8,6</b></p>

<p><b>Obiad</b> Gulasz z ciecierzycą, marchewką i suszonymi pomidorami z kaszą bulgur</p>	<p>KASZA BULGUR, Cebula, mrożona, Czosnek, Marchew, Ciecierzycza (woda, ciecioraka, sól), Pietruszka, liście, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Bulion warzywny, Skrobia ziemniaczana</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>437,8kcal</b> <b>T:15,5 W:51,6 B:14,0 Bt:13,6</b></p>	<p>KASZA BULGUR, Cebula, mrożona, Czosnek, Marchew, Ciecierzycza (woda, ciecioraka, sól), Pietruszka, liście, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Bulion warzywny, Skrobia ziemniaczana</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>628,6kcal</b> <b>T:21,9 W:74,8 B:20,2 Bt:19,5</b></p>	<p>KASZA BULGUR, Cebula, mrożona, Czosnek, Marchew, Ciecierzycza (woda, ciecioraka, sól), Pietruszka, liście, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Bulion warzywny, Skrobia ziemniaczana</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>744,0kcal</b> <b>T:24,5 W:90,7 B:24,1 Bt:23,4</b></p>	<p>KASZA BULGUR, Cebula, mrożona, Czosnek, Marchew, Ciecierzycza (woda, ciecioraka, sól), Pietruszka, liście, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Bulion warzywny, Skrobia ziemniaczana</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>906,5kcal</b> <b>T:29,5 W:111,2 B:29,4 Bt:28,6</b></p>
<p><b>Obiad</b> Pizza biała z gruszką, orzechami włoskimi, serem lazur i świeżą rukolą</p>	<p>Rukola, Ciasto na pizzę (Mąka pszenna, woda, olej roślinny, cukier, sól, drożdże, mleko), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Gruszka, SER LAZUR (MLEKO pełne pasteryzowane, sól, stabilizator chlorek wapnia, czyste kultury mleczarskie, szlachetna pleśń Penicillium roqueforti), ORZECHY WŁOSKIE, Cebula czerwona</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>444,1kcal</b> <b>T:23,7 W:40,8 B:17,0 Bt:6,3</b></p>	<p>Rukola, Ciasto na pizzę (Mąka pszenna, woda, olej roślinny, cukier, sól, drożdże, mleko), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Gruszka, SER LAZUR (MLEKO pełne pasteryzowane, sól, stabilizator chlorek wapnia, czyste kultury mleczarskie, szlachetna pleśń Penicillium roqueforti), ORZECHY WŁOSKIE, Cebula czerwona</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>666,2kcal</b> <b>T:35,6 W:61,2 B:25,5 Bt:9,5</b></p>	<p>Rukola, Ciasto na pizzę (Mąka pszenna, woda, olej roślinny, cukier, sól, drożdże, mleko), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Gruszka, SER LAZUR (MLEKO pełne pasteryzowane, sól, stabilizator chlorek wapnia, czyste kultury mleczarskie, szlachetna pleśń Penicillium roqueforti), ORZECHY WŁOSKIE, Cebula czerwona</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>832,8kcal</b> <b>T:44,6 W:76,5 B:31,8 Bt:11,9</b></p>	<p>Rukola, Ciasto na pizzę (Mąka pszenna, woda, olej roślinny, cukier, sól, drożdże, mleko), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Gruszka, SER LAZUR (MLEKO pełne pasteryzowane, sól, stabilizator chlorek wapnia, czyste kultury mleczarskie, szlachetna pleśń Penicillium roqueforti), ORZECHY WŁOSKIE, Cebula czerwona</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>921,6kcal</b> <b>T:49,3 W:84,6 B:35,2 Bt:13,1</b></p>
<p><b>Obiad</b> Spaghetti bolognese</p>	<p>SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), Bazylia świeża, Cebula, Czosnek, Marchew, SELER KORZENIOWY, Oliwa z oliwek, Passata pomidorowa (przecier), Wieprzowina, łopatką mielone, Cynamon, 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 9. seler i produkty pochodne</p> <p><b>415,1kcal</b> <b>T:14,3 W:38,1 B:33,4 Bt:4,0</b></p>	<p>SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), Bazylia świeża, Cebula, Czosnek, Marchew, SELER KORZENIOWY, Oliwa z oliwek, Passata pomidorowa (przecier), Wieprzowina, łopatką mielone, Cynamon, 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 9. seler i produkty pochodne</p> <p><b>640,4kcal</b> <b>T:22,4 W:57,8 B:52,0 Bt:6,2</b></p>	<p>SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), Bazylia świeża, Cebula, Czosnek, Marchew, SELER KORZENIOWY, Oliwa z oliwek, Passata pomidorowa (przecier), Wieprzowina, łopatką mielone, Cynamon, 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 9. seler i produkty pochodne</p> <p><b>759,5kcal</b> <b>T:25,1 W:73,8 B:59,5 Bt:7,3</b></p>	<p>SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), Bazylia świeża, Cebula, Czosnek, Marchew, SELER KORZENIOWY, Oliwa z oliwek, Passata pomidorowa (przecier), Wieprzowina, łopatką mielone, Cynamon, 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 9. seler i produkty pochodne</p> <p><b>949,3kcal</b> <b>T:31,4 W:92,3 B:74,4 Bt:9,1</b></p>
<p><b>Podwieczorek</b> Sałatka owocowa z melonem i miętą</p>	<p>Sok cytrynowy, Ananas, plastery w syropie, Melon, Mięta świeża, Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy)</p> <p><b>180,7kcal</b> <b>T:0,4 W:43,8 B:1,4 Bt:2,4</b></p>	<p>Sok cytrynowy, Ananas, plastery w syropie, Melon, Mięta świeża, Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy)</p> <p><b>180,7kcal</b> <b>T:0,4 W:43,8 B:1,4 Bt:2,4</b></p>	<p>Sok cytrynowy, Ananas, plastery w syropie, Melon, Mięta świeża, Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy)</p> <p><b>229,5kcal</b> <b>T:0,5 W:55,6 B:1,8 Bt:3,1</b></p>	<p>Sok cytrynowy, Ananas, plastery w syropie, Melon, Mięta świeża, Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy)</p> <p><b>229,5kcal</b> <b>T:0,5 W:55,6 B:1,8 Bt:3,1</b></p>
<p><b>Podwieczorek</b> Koktajl ananasowy</p>	<p>JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Ananas, plastery w syropie, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>228,5kcal</b> <b>T:4,8 W:35,9 B:10,7 Bt:1</b></p>	<p>JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Ananas, plastery w syropie, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>228,5kcal</b> <b>T:4,8 W:35,9 B:10,7 Bt:1</b></p>	<p>JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Ananas, plastery w syropie, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>331,3kcal</b> <b>T:7,0 W:52,0 B:15,5 Bt:1,4</b></p>	<p>JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Ananas, plastery w syropie, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>331,3kcal</b> <b>T:7,0 W:52,0 B:15,5 Bt:1,4</b></p>

<p><b>Podwieczorek</b> Ciecierzycza zapiekana z suszonymi pomidorami, papryką i cheddarem</p>	<p>SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Rukola, Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Papryka czerwona, Czosnek, Cebula</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>213,9kcal</b> <b>T:5,7 W:25,4 B:11,4 Bt:8,6</b></p>	<p>SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Rukola, Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Papryka czerwona, Czosnek, Cebula</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>213,9kcal</b> <b>T:5,7 W:25,4 B:11,4 Bt:8,6</b></p>	<p>SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Rukola, Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Papryka czerwona, Czosnek, Cebula</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>311,2kcal</b> <b>T:8,3 W:36,9 B:16,6 Bt:12,6</b></p>	<p>SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Rukola, Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Papryka czerwona, Czosnek, Cebula</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>311,2kcal</b> <b>T:8,3 W:36,9 B:16,6 Bt:12,6</b></p>
<p><b>Podwieczorek</b> Czekoladowy krem z ciecierzycy z śliwką</p>	<p>Śliwki bez pestek, mrożone, Miód pszczeli, Kakao 16%, proszek, Daktyle, suszone, Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), Odżywka białkowa</p> <p><b>225,6kcal</b> <b>T:4,9 W:23,9 B:21,4 Bt:3,2</b></p>	<p>Śliwki bez pestek, mrożone, Miód pszczeli, Kakao 16%, proszek, Daktyle, suszone, Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), Odżywka białkowa</p> <p><b>225,6kcal</b> <b>T:4,9 W:23,9 B:21,4 Bt:3,2</b></p>	<p>Śliwki bez pestek, mrożone, Miód pszczeli, Kakao 16%, proszek, Daktyle, suszone, Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), Odżywka białkowa</p> <p><b>347,2kcal</b> <b>T:7,6 W:36,8 B:33,0 Bt:4,9</b></p>	<p>Śliwki bez pestek, mrożone, Miód pszczeli, Kakao 16%, proszek, Daktyle, suszone, Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), Odżywka białkowa</p> <p><b>347,2kcal</b> <b>T:7,6 W:36,8 B:33,0 Bt:4,9</b></p>
<p><b>Kolacja</b> Spaghetti w kremowym sosie z krewetkami, suszonymi pomidorami i limonką</p>	<p>MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), KREWETKI, Oliwa z oliwek, Czosnek, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Papryczka chilli, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Sok z limonki, Pietruszka, liście</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 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>362,3kcal</b> <b>T:15,2 W:34,9 B:20,4 Bt:2,3</b></p>	<p>MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), KREWETKI, Oliwa z oliwek, Czosnek, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Papryczka chilli, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Sok z limonki, Pietruszka, liście</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 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>543,5kcal</b> <b>T:22,8 W:52,3 B:30,6 Bt:3,4</b></p>	<p>MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), KREWETKI, Oliwa z oliwek, Czosnek, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Papryczka chilli, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Sok z limonki, Pietruszka, liście</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 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>625,9kcal</b> <b>T:26,2 W:60,2 B:35,2 Bt:3,9</b></p>	<p>MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), KREWETKI, Oliwa z oliwek, Czosnek, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Papryczka chilli, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Sok z limonki, Pietruszka, liście</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 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>741,2kcal</b> <b>T:31,0 W:71,3 B:41,7 Bt:4,7</b></p>
<p><b>Kolacja</b> Włoska sałatka ziemniaczana z szynką długodojrzewającą</p>	<p>Szynka długodojrzewająca (plastry) (mięso wieprzowe, sól, glukoza, imbir, pieprz, czosnek, ekstrakt przypraw, bakterie kwasu mlekowego), Bazylia świeża, Kapary, Ziemniaki, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Sok cytrynowy, Rukola, Oliwa z oliwek</p> <p><b>343,5kcal</b> <b>T:5,6 W:59,9 B:15,1 Bt:7,4</b></p>	<p>Szynka długodojrzewająca (plastry) (mięso wieprzowe, sól, glukoza, imbir, pieprz, czosnek, ekstrakt przypraw, bakterie kwasu mlekowego), Bazylia świeża, Kapary, Ziemniaki, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Sok cytrynowy, Rukola, Oliwa z oliwek</p> <p><b>462,4kcal</b> <b>T:7,6 W:80,7 B:20,3 Bt:10,0</b></p>	<p>Szynka długodojrzewająca (plastry) (mięso wieprzowe, sól, glukoza, imbir, pieprz, czosnek, ekstrakt przypraw, bakterie kwasu mlekowego), Bazylia świeża, Kapary, Ziemniaki, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Sok cytrynowy, Rukola, Oliwa z oliwek</p> <p><b>607,8kcal</b> <b>T:10,0 W:106,1 B:26,7 Bt:13,2</b></p>	<p>Szynka długodojrzewająca (plastry) (mięso wieprzowe, sól, glukoza, imbir, pieprz, czosnek, ekstrakt przypraw, bakterie kwasu mlekowego), Bazylia świeża, Kapary, Ziemniaki, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Sok cytrynowy, Rukola, Oliwa z oliwek</p> <p><b>739,9kcal</b> <b>T:12,2 W:129,1 B:32,5 Bt:16,1</b></p>
<p><b>Kolacja</b> Bułeczka wrocławska z jajkiem sadzonym i sosem ziołowym</p>	<p>BUŁKA WROCŁAWSKA (mąka PSZENNA, woda, sól, naturalny zakwas ZYTNI), Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), JAJA KURZE CAŁE, Ogórek, Koper ogrodowy, Pietruszka, liście, Bazylia świeża, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone 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 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>367,9kcal</b> <b>T:21,0 W:32,2 B:13,1 Bt:1,5</b></p>	<p>BUŁKA WROCŁAWSKA (mąka PSZENNA, woda, sól, naturalny zakwas ZYTNI), Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), JAJA KURZE CAŁE, Ogórek, Koper ogrodowy, Pietruszka, liście, Bazylia świeża, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone 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 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>484,3kcal</b> <b>T:30,1 W:33,1 B:20,9 Bt:1,6</b></p>	<p>BUŁKA WROCŁAWSKA (mąka PSZENNA, woda, sól, naturalny zakwas ZYTNI), Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), JAJA KURZE CAŁE, Ogórek, Koper ogrodowy, Pietruszka, liście, Bazylia świeża, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone 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 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>484,3kcal</b> <b>T:30,1 W:33,1 B:20,9 Bt:1,6</b></p>	<p>BUŁKA WROCŁAWSKA (mąka PSZENNA, woda, sól, naturalny zakwas ZYTNI), Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), JAJA KURZE CAŁE, Ogórek, Koper ogrodowy, Pietruszka, liście, Bazylia świeża, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone 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 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>680,0kcal</b> <b>T:37,2 W:62,2 B:25,4 Bt:2,6</b></p>
<p><b>Kolacja</b> Sałatka ryżowa z kurczakiem, suszonymi pomidorami i pietruszką</p>	<p>Ryż biały, Czosnek, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście, Szpinak</p> <p><b>354,6kcal</b> <b>T:3,3 W:54,0 B:27,9 Bt:3,5</b></p>	<p>Ryż biały, Czosnek, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście, Szpinak</p> <p><b>461,0kcal</b> <b>T:4,3 W:70,2 B:36,3 Bt:4,5</b></p>	<p>Ryż biały, Czosnek, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście, Szpinak</p> <p><b>531,9kcal</b> <b>T:5,0 W:81,0 B:41,9 Bt:5,2</b></p>	<p>Ryż biały, Czosnek, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście, Szpinak</p> <p><b>664,9kcal</b> <b>T:6,3 W:101,3 B:52,3 Bt:6,6</b></p>