

Posiłek / potrawa / składniki	1500 kcal - 5 posiłków	2000 kcal - 5 posiłków	2500 kcal - 5 posiłków	3000 kcal - 5 posiłków
<b>Śniadanie</b> Bajgiel z kremowym serkiem warzywnym	BAJGIEL (mąka PSZENNA, woda, cukier, olej roślinny rzepakowy, drożdże, sól), SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Papryka czerwona, Szcypiorek, Rzodkiewka, Papryka zielona  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	BAJGIEL (mąka PSZENNA, woda, cukier, olej roślinny rzepakowy, drożdże, sól), SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Papryka czerwona, Szcypiorek, Rzodkiewka, Papryka zielona  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	BAJGIEL (mąka PSZENNA, woda, cukier, olej roślinny rzepakowy, drożdże, sól), SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Papryka czerwona, Szcypiorek, Rzodkiewka, Papryka zielona  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	BAJGIEL (mąka PSZENNA, woda, cukier, olej roślinny rzepakowy, drożdże, sól), SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Papryka czerwona, Szcypiorek, Rzodkiewka, Papryka zielona  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
<b>Śniadanie</b> Budyń jaglany z owocami leśnymi	CZEKOLADA DESEROWA wiórki (miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Czarne jagody, mrożone, Jeżyny, Maliny, mrożone, Kasza jaglana, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Mleko kokosowe, Miód pszczeli  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	CZEKOLADA DESEROWA wiórki (miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Czarne jagody, mrożone, Jeżyny, Maliny, mrożone, Kasza jaglana, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Mleko kokosowe, Miód pszczeli  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	CZEKOLADA DESEROWA wiórki (miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Czarne jagody, mrożone, Jeżyny, Maliny, mrożone, Kasza jaglana, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Mleko kokosowe, Miód pszczeli  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	CZEKOLADA DESEROWA wiórki (miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Czarne jagody, mrożone, Jeżyny, Maliny, mrożone, Kasza jaglana, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Mleko kokosowe, Miód pszczeli  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
<b>Śniadanie</b> Crumble jabłkowe z twarogiem	Mus jabłkowy (jabłko, cukier, skrobia modyfikowana, regulator kwasowości - kwas cytrynowy), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), SER TWAROGOWY POŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), Płatki owsiane, Olej kokosowy, MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), Miód pszczeli, Cynamon  Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne  7. mleko i produkty pochodne	Mus jabłkowy (jabłko, cukier, skrobia modyfikowana, regulator kwasowości - kwas cytrynowy), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), SER TWAROGOWY POŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), Płatki owsiane, Olej kokosowy, MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), Miód pszczeli, Cynamon  Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne  7. mleko i produkty pochodne	Mus jabłkowy (jabłko, cukier, skrobia modyfikowana, regulator kwasowości - kwas cytrynowy), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), SER TWAROGOWY POŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), Płatki owsiane, Olej kokosowy, MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), Miód pszczeli, Cynamon  Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne  7. mleko i produkty pochodne	Mus jabłkowy (jabłko, cukier, skrobia modyfikowana, regulator kwasowości - kwas cytrynowy), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), SER TWAROGOWY POŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), Płatki owsiane, Olej kokosowy, MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), Miód pszczeli, Cynamon  Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne  7. mleko i produkty pochodne
<b>Śniadanie</b> Twarożek ziołowy, pita, warzywa	CHLEB PITA (mąka PSZENNA, woda, drożdże, sól jodowana, cukier, olej roślinny, kwas L-askorbinowy), Papryka czerwona, Pomidor, SER TWAROGOWY POŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czosnek, Słonecznik, nasiona, luskane, Pietruszka, liście  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	CHLEB PITA (mąka PSZENNA, woda, drożdże, sól jodowana, cukier, olej roślinny, kwas L-askorbinowy), Papryka czerwona, Pomidor, SER TWAROGOWY POŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czosnek, Słonecznik, nasiona, luskane, Pietruszka, liście  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	CHLEB PITA (mąka PSZENNA, woda, drożdże, sól jodowana, cukier, olej roślinny, kwas L-askorbinowy), Papryka czerwona, Pomidor, SER TWAROGOWY POŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czosnek, Słonecznik, nasiona, luskane, Pietruszka, liście  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	CHLEB PITA (mąka PSZENNA, woda, drożdże, sól jodowana, cukier, olej roślinny, kwas L-askorbinowy), Papryka czerwona, Pomidor, SER TWAROGOWY POŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czosnek, Słonecznik, nasiona, luskane, Pietruszka, liście  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
<b>Drugie śniadanie</b> Fit bajaderki	ORZECHY ARACHIDOWE, CZEKOLADA GORZKA (miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Kakao 16%, proszek, Miód pszczeli, Olej kokosowy, Rodzynki, suszone, Sliwki bez pestek, suszone, Ciecierzycza (woda, ciecioraka, sól)  Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne	ORZECHY ARACHIDOWE, CZEKOLADA GORZKA (miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Kakao 16%, proszek, Miód pszczeli, Olej kokosowy, Rodzynki, suszone, Sliwki bez pestek, suszone, Ciecierzycza (woda, ciecioraka, sól)  Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne	ORZECHY ARACHIDOWE, CZEKOLADA GORZKA (miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Kakao 16%, proszek, Miód pszczeli, Olej kokosowy, Rodzynki, suszone, Sliwki bez pestek, suszone, Ciecierzycza (woda, ciecioraka, sól)  Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne	ORZECHY ARACHIDOWE, CZEKOLADA GORZKA (miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Kakao 16%, proszek, Miód pszczeli, Olej kokosowy, Rodzynki, suszone, Sliwki bez pestek, suszone, Ciecierzycza (woda, ciecioraka, sól)  Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne

<p><b>Drugie śniadanie</b> Dip z awokado, słupki warzyw</p>	<p>Marchew, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), Awokado, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czosnek, Szcypiorek, Papryka czerwona</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Marchew, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), Awokado, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czosnek, Szcypiorek, Papryka czerwona</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Marchew, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), Awokado, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czosnek, Szcypiorek, Papryka czerwona</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Marchew, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), Awokado, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czosnek, Szcypiorek, Papryka czerwona</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>
<p><b>Drugie śniadanie</b> Zupa krem z ciecierzycy z sezamem</p>	<p>Cebula, mrożona, Czosnek, Oliwa z oliwek, Ciecierzycza (woda, ciecioraka, sól), Bulion warzywny, Sok cytrynowy, Pietruszka, liście, SEZAM, NASIONA, Ziemiaki</p> <p>Alergeny: 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p>	<p>Cebula, mrożona, Czosnek, Oliwa z oliwek, Ciecierzycza (woda, ciecioraka, sól), Bulion warzywny, Sok cytrynowy, Pietruszka, liście, SEZAM, NASIONA, Ziemiaki</p> <p>Alergeny: 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p>	<p>Cebula, mrożona, Czosnek, Oliwa z oliwek, Ciecierzycza (woda, ciecioraka, sól), Bulion warzywny, Sok cytrynowy, Pietruszka, liście, SEZAM, NASIONA, Ziemiaki</p> <p>Alergeny: 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p>	<p>Cebula, mrożona, Czosnek, Oliwa z oliwek, Ciecierzycza (woda, ciecioraka, sól), Bulion warzywny, Sok cytrynowy, Pietruszka, liście, SEZAM, NASIONA, Ziemiaki</p> <p>Alergeny: 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p>
<p><b>Drugie śniadanie</b> Koktajl bananowo- wiśniowy</p>	<p>Wiśnie, Banan, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Wiśnie, Banan, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Wiśnie, Banan, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Wiśnie, Banan, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>
<p><b>Obiad</b> Kurczak słodko-kwasny z makaronem ryżowym</p>	<p>Makaron ryżowy (mąka ryżowa, woda), Ananas, plastry w syropie, Brokuły, Czosnek, Marchew, Olej kokosowy, Papryka czerwona, Imbir świeży, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Cebula czerwona, Ocet ryżowy, Skrobina ziemniaczana, Cukier, Ketchup (woda, koncentrat pomidorowy, cukier, ocet spirytusowy, skrobina modyfikowana kukurydziana, sól, regulator kwasowości:kwas cytrynowy, przyprawy: imbir, cebula, pieprz biały, goździki, cynamon, ekstrakt drożdżowy, naturalny aromat cebulowy)</p>	<p>Makaron ryżowy (mąka ryżowa, woda), Ananas, plastry w syropie, Brokuły, Czosnek, Marchew, Olej kokosowy, Papryka czerwona, Imbir świeży, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Cebula czerwona, Ocet ryżowy, Skrobina ziemniaczana, Cukier, Ketchup (woda, koncentrat pomidorowy, cukier, ocet spirytusowy, skrobina modyfikowana kukurydziana, sól, regulator kwasowości:kwas cytrynowy, przyprawy: imbir, cebula, pieprz biały, goździki, cynamon, ekstrakt drożdżowy, naturalny aromat cebulowy)</p>	<p>Makaron ryżowy (mąka ryżowa, woda), Ananas, plastry w syropie, Brokuły, Czosnek, Marchew, Olej kokosowy, Papryka czerwona, Imbir świeży, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Cebula czerwona, Ocet ryżowy, Skrobina ziemniaczana, Cukier, Ketchup (woda, koncentrat pomidorowy, cukier, ocet spirytusowy, skrobina modyfikowana kukurydziana, sól, regulator kwasowości:kwas cytrynowy, przyprawy: imbir, cebula, pieprz biały, goździki, cynamon, ekstrakt drożdżowy, naturalny aromat cebulowy)</p>	<p>Makaron ryżowy (mąka ryżowa, woda), Ananas, plastry w syropie, Brokuły, Czosnek, Marchew, Olej kokosowy, Papryka czerwona, Imbir świeży, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Cebula czerwona, Ocet ryżowy, Skrobina ziemniaczana, Cukier, Ketchup (woda, koncentrat pomidorowy, cukier, ocet spirytusowy, skrobina modyfikowana kukurydziana, sól, regulator kwasowości:kwas cytrynowy, przyprawy: imbir, cebula, pieprz biały, goździki, cynamon, ekstrakt drożdżowy, naturalny aromat cebulowy)</p>
<p><b>Obiad</b> Tofu w sosie brokułowo-śmietankowym, puree, surówka z marchewki</p>	<p>Ziemiaki, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Marchew, Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), Oliwa z oliwek, Ogórek, TOFU NATURALNE (woda, ziarna SOI), Brokuły, mrożone, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Cebula, Oliwa z oliwek, Czosnek</p> <p>Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Ziemiaki, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Marchew, Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), Oliwa z oliwek, Ogórek, TOFU NATURALNE (woda, ziarna SOI), Brokuły, mrożone, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Cebula, Oliwa z oliwek, Czosnek</p> <p>Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Ziemiaki, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Marchew, Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), Oliwa z oliwek, Ogórek, TOFU NATURALNE (woda, ziarna SOI), Brokuły, mrożone, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Cebula, Oliwa z oliwek, Czosnek</p> <p>Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Ziemiaki, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Marchew, Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), Oliwa z oliwek, Ogórek, TOFU NATURALNE (woda, ziarna SOI), Brokuły, mrożone, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Cebula, Oliwa z oliwek, Czosnek</p> <p>Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>
<p><b>Obiad</b> Makaron z ciecierzycą po toskańsku</p>	<p>SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), MAKARON TAGLIATELLE (mąka z PSZENICY durum, woda), Pomidory z puszkii (krojone), Marchew mini, Bulion warzywny, Ciecierzycza (woda, ciecioraka, sól), Rozmaryn, Oliwa z oliwek, Ocet balsamiczny, Ziola prowansalskie</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>SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), MAKARON TAGLIATELLE (mąka z PSZENICY durum, woda), Pomidory z puszkii (krojone), Marchew mini, Bulion warzywny, Ciecierzycza (woda, ciecioraka, sól), Rozmaryn, Oliwa z oliwek, Ocet balsamiczny, Ziola prowansalskie</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>SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), MAKARON TAGLIATELLE (mąka z PSZENICY durum, woda), Pomidory z puszkii (krojone), Marchew mini, Bulion warzywny, Ciecierzycza (woda, ciecioraka, sól), Rozmaryn, Oliwa z oliwek, Ocet balsamiczny, Ziola prowansalskie</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>SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), MAKARON TAGLIATELLE (mąka z PSZENICY durum, woda), Pomidory z puszkii (krojone), Marchew mini, Bulion warzywny, Ciecierzycza (woda, ciecioraka, sól), Rozmaryn, Oliwa z oliwek, Ocet balsamiczny, Ziola prowansalskie</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> Szarpana wieprzowina, frytki warzywne, sałatka</p>	<p>Wieprzowina, łopatka, Cukier, Oliwa z oliwek, SOS WORCHESTERSHIRE (woda, ekstrakt z tamaryndowca, ocet, sos SOJOWY, ocet, cebula, sól, czosnek, goździki, pieprz czarny, papryka chili), Słodki sos chilli (woda, cukier, chili, czosnek, sól, kwas octowy), Pomidor, Papryka zielona, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Marchew, Ziemiaki, Burak, Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 6. soja i produkty pochodne</p>	<p>Wieprzowina, łopatka, Cukier, Oliwa z oliwek, SOS WORCHESTERSHIRE (woda, ekstrakt z tamaryndowca, ocet, sos SOJOWY, ocet, cebula, sól, czosnek, goździki, pieprz czarny, papryka chili), Słodki sos chilli (woda, cukier, chili, czosnek, sól, kwas octowy), Pomidor, Papryka zielona, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Marchew, Ziemiaki, Burak, Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 6. soja i produkty pochodne</p>	<p>Wieprzowina, łopatka, Cukier, Oliwa z oliwek, SOS WORCHESTERSHIRE (woda, ekstrakt z tamaryndowca, ocet, sos SOJOWY, ocet, cebula, sól, czosnek, goździki, pieprz czarny, papryka chili), Słodki sos chilli (woda, cukier, chili, czosnek, sól, kwas octowy), Pomidor, Papryka zielona, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Marchew, Ziemiaki, Burak, Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 6. soja i produkty pochodne</p>	<p>Wieprzowina, łopatka, Cukier, Oliwa z oliwek, SOS WORCHESTERSHIRE (woda, ekstrakt z tamaryndowca, ocet, sos SOJOWY, ocet, cebula, sól, czosnek, goździki, pieprz czarny, papryka chili), Słodki sos chilli (woda, cukier, chili, czosnek, sól, kwas octowy), Pomidor, Papryka zielona, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Marchew, Ziemiaki, Burak, Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 6. soja i produkty pochodne</p>

<p><b>Podwieczorek</b> Zupa pieczarkowa z makaronem</p>	<p>Pieczarka uprawna, mrożona, Oliwa z oliwek, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), SELER KORZENIOWY, Bulion warzywny, Marchew, Por, Cebula, MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda)</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>Pieczarka uprawna, mrożona, Oliwa z oliwek, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), SELER KORZENIOWY, Bulion warzywny, Marchew, Por, Cebula, MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda)</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>Pieczarka uprawna, mrożona, Oliwa z oliwek, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), SELER KORZENIOWY, Bulion warzywny, Marchew, Por, Cebula, MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda)</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>Pieczarka uprawna, mrożona, Oliwa z oliwek, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), SELER KORZENIOWY, Bulion warzywny, Marchew, Por, Cebula, MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda)</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>Podwieczorek</b> Koktajl wiśniowy</p>	<p>JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczeli, Wiśnie bez pestek, mrożone, Woda, Len, nasiona</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczeli, Wiśnie bez pestek, mrożone, Woda, Len, nasiona</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczeli, Wiśnie bez pestek, mrożone, Woda, Len, nasiona</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczeli, Wiśnie bez pestek, mrożone, Woda, Len, nasiona</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>
<p><b>Podwieczorek</b> Pieczone gruszki z orzechową kruszonką</p>	<p>Gruszka, ORZECHY ARACHIDOWE, Płatki owsiane, CZEKOLADA GORZKA ( (miążga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Olej rzepakowy, Mąka kokosowa, Cukier</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p>	<p>Gruszka, ORZECHY ARACHIDOWE, Płatki owsiane, CZEKOLADA GORZKA ( (miążga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Olej rzepakowy, Mąka kokosowa, Cukier</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p>	<p>Gruszka, ORZECHY ARACHIDOWE, Płatki owsiane, CZEKOLADA GORZKA ( (miążga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Olej rzepakowy, Mąka kokosowa, Cukier</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p>	<p>Gruszka, ORZECHY ARACHIDOWE, Płatki owsiane, CZEKOLADA GORZKA ( (miążga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Olej rzepakowy, Mąka kokosowa, Cukier</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p>
<p><b>Podwieczorek</b> Sałatka z fasolką szparagową i parmezanem</p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), ORZECHY ARACHIDOWE, Fasolka szparagowa, mrożona, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Sok cytrynowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda)</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), ORZECHY ARACHIDOWE, Fasolka szparagowa, mrożona, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Sok cytrynowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda)</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), ORZECHY ARACHIDOWE, Fasolka szparagowa, mrożona, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Sok cytrynowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda)</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), ORZECHY ARACHIDOWE, Fasolka szparagowa, mrożona, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Sok cytrynowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda)</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>
<p><b>Kolacja</b> Gyros z kurczaka, pieczone warzywa, pita</p>	<p>CHLEB PITA (mąka PSZENNA, woda, drożdże, sól jodowana, cukier, olej roślinny, kwas L-askorbinowy), Czosnek, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Oliwa z oliwek, Bakłażan, Marchew, Papryka czerwona, Oliwa z oliwek</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</p>	<p>CHLEB PITA (mąka PSZENNA, woda, drożdże, sól jodowana, cukier, olej roślinny, kwas L-askorbinowy), Czosnek, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Oliwa z oliwek, Bakłażan, Marchew, Papryka czerwona, Oliwa z oliwek</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</p>	<p>CHLEB PITA (mąka PSZENNA, woda, drożdże, sól jodowana, cukier, olej roślinny, kwas L-askorbinowy), Czosnek, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Oliwa z oliwek, Bakłażan, Marchew, Papryka czerwona, Oliwa z oliwek</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</p>	<p>CHLEB PITA (mąka PSZENNA, woda, drożdże, sól jodowana, cukier, olej roślinny, kwas L-askorbinowy), Czosnek, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Oliwa z oliwek, Bakłażan, Marchew, Papryka czerwona, Oliwa z oliwek</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</p>
<p><b>Kolacja</b> Knedle z truskawkami, cynamonem i orzechową kruszonką</p>	<p>KNEDLE Z TRUSKAWKAMI (ziemniaki, mąka PSZENNA, truskawki, skrobia ziemniaczana, JAJA), Cynamon, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), Cukier, ORZECHY WŁOSKIE</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 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</p>	<p>KNEDLE Z TRUSKAWKAMI (ziemniaki, mąka PSZENNA, truskawki, skrobia ziemniaczana, JAJA), Cynamon, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), Cukier, ORZECHY WŁOSKIE</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 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</p>	<p>KNEDLE Z TRUSKAWKAMI (ziemniaki, mąka PSZENNA, truskawki, skrobia ziemniaczana, JAJA), Cynamon, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), Cukier, ORZECHY WŁOSKIE</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 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</p>	<p>KNEDLE Z TRUSKAWKAMI (ziemniaki, mąka PSZENNA, truskawki, skrobia ziemniaczana, JAJA), Cynamon, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), Cukier, ORZECHY WŁOSKIE</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 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</p>

<p><b>Kolacja</b> Bulgur z marchewką, bakłażanem i fetą</p>	<p>SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Bakłażan, KASZA BULGUR, Marchew, Granat, Dynia, pestki, łuskane, Oliwa z oliwek, Czosnek</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>SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Bakłażan, KASZA BULGUR, Marchew, Granat, Dynia, pestki, łuskane, Oliwa z oliwek, Czosnek</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>SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Bakłażan, KASZA BULGUR, Marchew, Granat, Dynia, pestki, łuskane, Oliwa z oliwek, Czosnek</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>SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Bakłażan, KASZA BULGUR, Marchew, Granat, Dynia, pestki, łuskane, Oliwa z oliwek, Czosnek</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> Bułeczka bao z warzywami i serem halloumi</p>	<p>BUŁECZKA BAO (mąka PSZENNA, woda, olej rzepakowy, drożdże, JAJA, serwatka w proszku z MLEKA, cukier, sól), Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymaska, cykoria), Szczypiorek, Ogórek, SER HALLOUMI (MLEKO krowie, mleko kozie, mleko owcze, sól, podpuszczka, suszone liście mięty), Papryka czerwona, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Majonez domowy z olejem rzepakowym, Czosnek, Słodki sos chilli (woda, cukier, chili, czosnek, sól, kwas octowy)</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>BUŁECZKA BAO (mąka PSZENNA, woda, olej rzepakowy, drożdże, JAJA, serwatka w proszku z MLEKA, cukier, sól), Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymaska, cykoria), Szczypiorek, Ogórek, SER HALLOUMI (MLEKO krowie, mleko kozie, mleko owcze, sól, podpuszczka, suszone liście mięty), Papryka czerwona, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Majonez domowy z olejem rzepakowym, Czosnek, Słodki sos chilli (woda, cukier, chili, czosnek, sól, kwas octowy)</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>BUŁECZKA BAO (mąka PSZENNA, woda, olej rzepakowy, drożdże, JAJA, serwatka w proszku z MLEKA, cukier, sól), Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymaska, cykoria), Szczypiorek, Ogórek, SER HALLOUMI (MLEKO krowie, mleko kozie, mleko owcze, sól, podpuszczka, suszone liście mięty), Papryka czerwona, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Majonez domowy z olejem rzepakowym, Czosnek, Słodki sos chilli (woda, cukier, chili, czosnek, sól, kwas octowy)</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>BUŁECZKA BAO (mąka PSZENNA, woda, olej rzepakowy, drożdże, JAJA, serwatka w proszku z MLEKA, cukier, sól), Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymaska, cykoria), Szczypiorek, Ogórek, SER HALLOUMI (MLEKO krowie, mleko kozie, mleko owcze, sól, podpuszczka, suszone liście mięty), Papryka czerwona, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Majonez domowy z olejem rzepakowym, Czosnek, Słodki sos chilli (woda, cukier, chili, czosnek, sól, kwas octowy)</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>