

Posiłek / potrawa / składniki	1500 kcal - 5 posiłków	2000 kcal - 5 posiłków	2500 kcal - 5 posiłków	3000 kcal - 5 posiłków
Śniadanie Bajgiel z sałatką z kurczakiem i kukurydzą	BAJGIEL (mąka PSZENNA, woda, cukier, olej roślinny rzepakowy, drożdże, sól), Rukola, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Szczypiorek, Kukurydza, konserwowa, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar) 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	BAJGIEL (mąka PSZENNA, woda, cukier, olej roślinny rzepakowy, drożdże, sól), Rukola, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Szczypiorek, Kukurydza, konserwowa, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar) 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	BAJGIEL (mąka PSZENNA, woda, cukier, olej roślinny rzepakowy, drożdże, sól), Rukola, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Szczypiorek, Kukurydza, konserwowa, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar) 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	BAJGIEL (mąka PSZENNA, woda, cukier, olej roślinny rzepakowy, drożdże, sól), Rukola, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Szczypiorek, Kukurydza, konserwowa, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar) 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
Śniadanie Sałatka z jajkiem sadzonym, groszkiem, fetą i sosem koperkowym	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy, Słonecznik, nasiona, luskane, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Pomidory koktajlowe, JAJA KURZE CAŁE, Koper ogrodowy, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Sok cytrynowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda) Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy, Słonecznik, nasiona, luskane, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Pomidory koktajlowe, JAJA KURZE CAŁE, Koper ogrodowy, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Sok cytrynowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda) Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy, Słonecznik, nasiona, luskane, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Pomidory koktajlowe, JAJA KURZE CAŁE, Koper ogrodowy, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Sok cytrynowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda) Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy, Słonecznik, nasiona, luskane, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Pomidory koktajlowe, JAJA KURZE CAŁE, Koper ogrodowy, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Sok cytrynowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda) Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne
Śniadanie Żurawinowy twarożek z musli	Płatki owsiane, Dynia, pestki, luskane, Rodzynki, suszone, Nasiona chia, SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczeli, Żurawina suszona, Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy) Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Płatki owsiane, Dynia, pestki, luskane, Rodzynki, suszone, Nasiona chia, SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczeli, Żurawina suszona, Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy) Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Płatki owsiane, Dynia, pestki, luskane, Rodzynki, suszone, Nasiona chia, SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczeli, Żurawina suszona, Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy) Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Płatki owsiane, Dynia, pestki, luskane, Rodzynki, suszone, Nasiona chia, SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczeli, Żurawina suszona, Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy) Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
Śniadanie Wegański budyń jaglany z wiśniami	Wiśnie bez pestek, mrożone, CZEKOLADA GORZKA ((miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Kasza jaglana, Napój owsiany, Miód pszczeli, Kakao 16%, proszek Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Wiśnie bez pestek, mrożone, CZEKOLADA GORZKA ((miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Kasza jaglana, Napój owsiany, Miód pszczeli, Kakao 16%, proszek Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Wiśnie bez pestek, mrożone, CZEKOLADA GORZKA ((miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Kasza jaglana, Napój owsiany, Miód pszczeli, Kakao 16%, proszek Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Wiśnie bez pestek, mrożone, CZEKOLADA GORZKA ((miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Kasza jaglana, Napój owsiany, Miód pszczeli, Kakao 16%, proszek Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
Drugie śniadanie Koktajl truskawkowy na kefirze	Truskawki, mrożone, Miód pszczeli, KEFIR 2% TŁUSZCZU (MLEKO, białka MLEKA, mikroflora kefirowa), Odżywka białkowa Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Truskawki, mrożone, Miód pszczeli, KEFIR 2% TŁUSZCZU (MLEKO, białka MLEKA, mikroflora kefirowa), Odżywka białkowa Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Truskawki, mrożone, Miód pszczeli, KEFIR 2% TŁUSZCZU (MLEKO, białka MLEKA, mikroflora kefirowa), Odżywka białkowa Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Truskawki, mrożone, Miód pszczeli, KEFIR 2% TŁUSZCZU (MLEKO, białka MLEKA, mikroflora kefirowa), Odżywka białkowa Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
Drugie śniadanie Zupa pomidorowa z ryżem	Koncentrat pomidorowy, 30%, Marchew, Pietruszka, korzeń, Ryż biały, SELER KORZENIOWY, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Pomidory z puszki (krojone) Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne	Koncentrat pomidorowy, 30%, Marchew, Pietruszka, korzeń, Ryż biały, SELER KORZENIOWY, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Pomidory z puszki (krojone) Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne	Koncentrat pomidorowy, 30%, Marchew, Pietruszka, korzeń, Ryż biały, SELER KORZENIOWY, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Pomidory z puszki (krojone) Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne	Koncentrat pomidorowy, 30%, Marchew, Pietruszka, korzeń, Ryż biały, SELER KORZENIOWY, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Pomidory z puszki (krojone) Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne

<p>Drugie śniadanie Sałatka grecka</p>	<p>SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Miększa sałata (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykori), Ogórek, Oliwki, Pomidor, Papryka czerwona, Oliwa z oliwek, Ocet jabłkowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli</p>	<p>SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Miększa sałata (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykori), Ogórek, Oliwki, Pomidor, Papryka czerwona, Oliwa z oliwek, Ocet jabłkowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli</p>	<p>SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Miększa sałata (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykori), Ogórek, Oliwki, Pomidor, Papryka czerwona, Oliwa z oliwek, Ocet jabłkowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli</p>	<p>SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Miększa sałata (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykori), Ogórek, Oliwki, Pomidor, Papryka czerwona, Oliwa z oliwek, Ocet jabłkowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli</p>
<p>Drugie śniadanie Sałatka owocowa z orzechami</p>	<p>Pomarańcza, Ananas, plastry w syropie, Melon, ORZECHY ARACHIDOWE Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p>	<p>Pomarańcza, Ananas, plastry w syropie, Melon, ORZECHY ARACHIDOWE Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p>	<p>Pomarańcza, Ananas, plastry w syropie, Melon, ORZECHY ARACHIDOWE Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p>	<p>Pomarańcza, Ananas, plastry w syropie, Melon, ORZECHY ARACHIDOWE Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p>
<p>Obiad Połędwiczki wieprzowe pieczone z masłem ziołowym, puree ziemniaczane, surówka z selera</p>	<p>Połędwica wieprzowa (surowa), MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Koper ogrodowy, Bazylia świeża, Pietruszka, liście, SELER KORZENIOWY, Jabłko, Pietruszka, liście, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Ziemiaki, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Połędwica wieprzowa (surowa), MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Koper ogrodowy, Bazylia świeża, Pietruszka, liście, SELER KORZENIOWY, Jabłko, Pietruszka, liście, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Ziemiaki, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Połędwica wieprzowa (surowa), MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Koper ogrodowy, Bazylia świeża, Pietruszka, liście, SELER KORZENIOWY, Jabłko, Pietruszka, liście, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Ziemiaki, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Połędwica wieprzowa (surowa), MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Koper ogrodowy, Bazylia świeża, Pietruszka, liście, SELER KORZENIOWY, Jabłko, Pietruszka, liście, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Ziemiaki, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>
<p>Obiad Kremowe spaghetti z kurczakiem, surówka z kapusty i papryki</p>	<p>Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Pietruszka, liście, MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), SMİETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, SMİETANKA), SER TWARDY DŁUGODOJRZĘWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Czosnek, Bulion warzywny, Papryka czerwona, konserwowa (papryka, woda, ocet spirytusowy, cukier, sól, przyprawy), Kapusta biała, Oliwa z oliwek 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>Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Pietruszka, liście, MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), SMİETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, SMİETANKA), SER TWARDY DŁUGODOJRZĘWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Czosnek, Bulion warzywny, Papryka czerwona, konserwowa (papryka, woda, ocet spirytusowy, cukier, sól, przyprawy), Kapusta biała, Oliwa z oliwek 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>Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Pietruszka, liście, MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), SMİETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, SMİETANKA), SER TWARDY DŁUGODOJRZĘWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Czosnek, Bulion warzywny, Papryka czerwona, konserwowa (papryka, woda, ocet spirytusowy, cukier, sól, przyprawy), Kapusta biała, Oliwa z oliwek 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>Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Pietruszka, liście, MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), SMİETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, SMİETANKA), SER TWARDY DŁUGODOJRZĘWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Czosnek, Bulion warzywny, Papryka czerwona, konserwowa (papryka, woda, ocet spirytusowy, cukier, sól, przyprawy), Kapusta biała, Oliwa z oliwek 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>Obiad Gulasz warzywny z czerwoną fasolą, ziemniaczki, surówka z kiszonych ogórków</p>	<p>Ziemiaki, młode, Pomidory z puszeki (krojone), Marchew, SELER KORZENIOWY, Fasola czerwona (konserwowa), Pietruszka, korzeń, Pietruszka, liście, Oliwa z oliwek, Ogórki kiszone, Marchew, Cebula czerwona, Oliwa z oliwek Alergeny: 9. seler i produkty pochodne</p>	<p>Ziemiaki, młode, Pomidory z puszeki (krojone), Marchew, SELER KORZENIOWY, Fasola czerwona (konserwowa), Pietruszka, korzeń, Pietruszka, liście, Oliwa z oliwek, Ogórki kiszone, Marchew, Cebula czerwona, Oliwa z oliwek Alergeny: 9. seler i produkty pochodne</p>	<p>Ziemiaki, młode, Pomidory z puszeki (krojone), Marchew, SELER KORZENIOWY, Fasola czerwona (konserwowa), Pietruszka, korzeń, Pietruszka, liście, Oliwa z oliwek, Ogórki kiszone, Marchew, Cebula czerwona, Oliwa z oliwek Alergeny: 9. seler i produkty pochodne</p>	<p>Ziemiaki, młode, Pomidory z puszeki (krojone), Marchew, SELER KORZENIOWY, Fasola czerwona (konserwowa), Pietruszka, korzeń, Pietruszka, liście, Oliwa z oliwek, Ogórki kiszone, Marchew, Cebula czerwona, Oliwa z oliwek Alergeny: 9. seler i produkty pochodne</p>
<p>Obiad Dorsz w sosie chimichurri, ryż biały, kapusta pekińska z papryką</p>	<p>Ryż biały, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, Pietruszka, liście, Cytryna, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Papryka czerwona, Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście, Kapusta pekińska, Pietruszka, liście, Czosnek, Oliwa z oliwek, Ocet winny, Papryczka chili, Cebula czerwona, Szcypiorek, Miód pszczeli</p>	<p>Ryż biały, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, Pietruszka, liście, Cytryna, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Papryka czerwona, Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście, Kapusta pekińska, Pietruszka, liście, Czosnek, Oliwa z oliwek, Ocet winny, Papryczka chili, Cebula czerwona, Szcypiorek, Miód pszczeli</p>	<p>Ryż biały, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, Pietruszka, liście, Cytryna, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Papryka czerwona, Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście, Kapusta pekińska, Pietruszka, liście, Czosnek, Oliwa z oliwek, Ocet winny, Papryczka chili, Cebula czerwona, Szcypiorek, Miód pszczeli</p>	<p>Ryż biały, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, Pietruszka, liście, Cytryna, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Papryka czerwona, Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście, Kapusta pekińska, Pietruszka, liście, Czosnek, Oliwa z oliwek, Ocet winny, Papryczka chili, Cebula czerwona, Szcypiorek, Miód pszczeli</p>
<p>Podwieczorek Kremowy dip z awokado i szczypiorkiem, wafle ryżowe</p>	<p>Wafle ryżowe naturalne, Pomidory koktajlowe, SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Awokado, Sok cytrynowy, Szcypiorek, Papryczka ostra chili Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Wafle ryżowe naturalne, Pomidory koktajlowe, SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Awokado, Sok cytrynowy, Szcypiorek, Papryczka ostra chili Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Wafle ryżowe naturalne, Pomidory koktajlowe, SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Awokado, Sok cytrynowy, Szcypiorek, Papryczka ostra chili Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Wafle ryżowe naturalne, Pomidory koktajlowe, SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Awokado, Sok cytrynowy, Szcypiorek, Papryczka ostra chili Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>
<p>Podwieczorek Serniczek o smaku słonego karmelu</p>	<p>ORZECHY ARACHIDOWE, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), Miód pszczeli, Kajmak, Sól biała Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>ORZECHY ARACHIDOWE, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), Miód pszczeli, Kajmak, Sól biała Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>ORZECHY ARACHIDOWE, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), Miód pszczeli, Kajmak, Sól biała Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>ORZECHY ARACHIDOWE, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), Miód pszczeli, Kajmak, Sól biała Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>

<p>Podwieczorek Bulgur z kukinią i szpinakiem</p>	<p>Cukinia, KASZA BULGUR, Szpinak, Cebula, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), 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</p>	<p>Cukinia, KASZA BULGUR, Szpinak, Cebula, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), 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</p>	<p>Cukinia, KASZA BULGUR, Szpinak, Cebula, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), 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</p>	<p>Cukinia, KASZA BULGUR, Szpinak, Cebula, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), 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</p>
<p>Podwieczorek Caprese</p>	<p>Szpinak, Pomidor, SER MOZZARELLA (kulki) (MLEKO krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Bazylia świeża, Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Szpinak, Pomidor, SER MOZZARELLA (kulki) (MLEKO krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Bazylia świeża, Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Szpinak, Pomidor, SER MOZZARELLA (kulki) (MLEKO krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Bazylia świeża, Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Szpinak, Pomidor, SER MOZZARELLA (kulki) (MLEKO krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Bazylia świeża, Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>
<p>Kolacja Placuszki z twarozkiem, orzechami i gruszkami</p>	<p>Naleśniki amerykańskie (mąka pszenna, woda, cukier, jaja, serwatka w proszku, sól, skrobia kukurydziana, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), olej słonecznikowy., ORZECHY WŁOSKIE, Gruszka, SER TWAROGOWY PÓLTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), Miód pszczeli, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Cynamon</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>Naleśniki amerykańskie (mąka pszenna, woda, cukier, jaja, serwatka w proszku, sól, skrobia kukurydziana, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), olej słonecznikowy., ORZECHY WŁOSKIE, Gruszka, SER TWAROGOWY PÓLTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), Miód pszczeli, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Cynamon</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>Naleśniki amerykańskie (mąka pszenna, woda, cukier, jaja, serwatka w proszku, sól, skrobia kukurydziana, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), olej słonecznikowy., ORZECHY WŁOSKIE, Gruszka, SER TWAROGOWY PÓLTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), Miód pszczeli, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Cynamon</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>Naleśniki amerykańskie (mąka pszenna, woda, cukier, jaja, serwatka w proszku, sól, skrobia kukurydziana, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), olej słonecznikowy., ORZECHY WŁOSKIE, Gruszka, SER TWAROGOWY PÓLTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), Miód pszczeli, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Cynamon</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>Kolacja Kanapka z pastą z pieczarek z zielonym pieprzem, warzywa</p>	<p>Pomidory koktajlowe, Rukola, CHLEB ŻYTNII JASNY (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNII), Pieczarka uprawna, mrożona, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Pieprz zielony marynowany w zalewie, Sok cytrynowy</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>Pomidory koktajlowe, Rukola, CHLEB ŻYTNII JASNY (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNII), Pieczarka uprawna, mrożona, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Pieprz zielony marynowany w zalewie, Sok cytrynowy</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>Pomidory koktajlowe, Rukola, CHLEB ŻYTNII JASNY (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNII), Pieczarka uprawna, mrożona, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Pieprz zielony marynowany w zalewie, Sok cytrynowy</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>Pomidory koktajlowe, Rukola, CHLEB ŻYTNII JASNY (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNII), Pieczarka uprawna, mrożona, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Pieprz zielony marynowany w zalewie, Sok cytrynowy</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>Kolacja Cytrynowy kuskus z burakiem, fetą i miętą</p>	<p>KASZA KUSKUS, Burak, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Mięta świeża, Miks sałat (lodowa,fryzjerska,rzymska, cykoria), Oliwa z oliwek, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Sok cytrynowy, Miód pszczeli</p>	<p>KASZA KUSKUS, Burak, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Mięta świeża, Miks sałat (lodowa,fryzjerska,rzymska, cykoria), Oliwa z oliwek, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Sok cytrynowy, Miód pszczeli</p>	<p>KASZA KUSKUS, Burak, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Mięta świeża, Miks sałat (lodowa,fryzjerska,rzymska, cykoria), Oliwa z oliwek, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Sok cytrynowy, Miód pszczeli</p>	<p>KASZA KUSKUS, Burak, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Mięta świeża, Miks sałat (lodowa,fryzjerska,rzymska, cykoria), Oliwa z oliwek, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Sok cytrynowy, Miód pszczeli</p>
<p>Kolacja Chrupiąca sałatka z serem camembert i balsamiczno-malinowym sosem</p>	<p>Miks sałat (lodowa,fryzjerska,rzymska, cykoria), Dynia, pestki, łuskane, SER CAMEMBERT (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka, kultury mleczarskie, kultury pleśniowe, Penicillium candidum), Ogórek, Papryka zielona, Oliwa z oliwek, Maliny, mrożone, Ocet balsamiczny, Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Miks sałat (lodowa,fryzjerska,rzymska, cykoria), Dynia, pestki, łuskane, SER CAMEMBERT (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka, kultury mleczarskie, kultury pleśniowe, Penicillium candidum), Ogórek, Papryka zielona, Oliwa z oliwek, Maliny, mrożone, Ocet balsamiczny, Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Miks sałat (lodowa,fryzjerska,rzymska, cykoria), Dynia, pestki, łuskane, SER CAMEMBERT (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka, kultury mleczarskie, kultury pleśniowe, Penicillium candidum), Ogórek, Papryka zielona, Oliwa z oliwek, Maliny, mrożone, Ocet balsamiczny, Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Miks sałat (lodowa,fryzjerska,rzymska, cykoria), Dynia, pestki, łuskane, SER CAMEMBERT (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka, kultury mleczarskie, kultury pleśniowe, Penicillium candidum), Ogórek, Papryka zielona, Oliwa z oliwek, Maliny, mrożone, Ocet balsamiczny, Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>