

Posiłek / potrawa / składniki	1500 kcal - 5 posiłków	2000 kcal - 5 posiłków	2500 kcal - 5 posiłków	3000 kcal - 5 posiłków
<b>Śniadanie</b> Grahamka z pastą jajeczną	BULKA GRAHAMKA (mąka PSZENNA graham, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNII), Pomidor, Rukola, JAJA GOTOWANE, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Szczypiorek  <b>347,9kcal</b> T:19,4 W:31,4 B:14,0 Bt:4,2	BULKA GRAHAMKA (mąka PSZENNA graham, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNII), Pomidor, Rukola, JAJA GOTOWANE, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Szczypiorek  <b>472,3kcal</b> T:30,4 W:32,2 B:19,4 Bt:4,4	BULKA GRAHAMKA (mąka PSZENNA graham, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNII), Pomidor, Rukola, JAJA GOTOWANE, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Szczypiorek  <b>472,3kcal</b> T:30,4 W:32,2 B:19,4 Bt:4,4	BULKA GRAHAMKA (mąka PSZENNA graham, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNII), Pomidor, Rukola, JAJA GOTOWANE, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Szczypiorek  <b>679,2kcal</b> T:37,3 W:62,7 B:27,3 Bt:8,4
<b>Śniadanie</b> Budda bowl z ciecierzycą, pieczonymi warzywami i miodowym vinegrettem z chili	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Ananas, plastry w syropie, ORZECHY ARACHIDOWE, Marchew mini, Bataty, Oliwa z oliwek, Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), Olej rzepakowy, Miód pszczeli, Papryczka ostra chili, Sok cytrynowy, TAHINI pasta (czysty zmielony SEZAM 100%)  Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne  <b>367,4kcal</b> T:21,0 W:44,1 B:8,6 Bt:8,9	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Ananas, plastry w syropie, ORZECHY ARACHIDOWE, Marchew mini, Bataty, Oliwa z oliwek, Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), Olej rzepakowy, Miód pszczeli, Papryczka ostra chili, Sok cytrynowy, TAHINI pasta (czysty zmielony SEZAM 100%)  Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne  <b>498,6kcal</b> T:28,5 W:59,9 B:11,6 Bt:12,1	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Ananas, plastry w syropie, ORZECHY ARACHIDOWE, Marchew mini, Bataty, Oliwa z oliwek, Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), Olej rzepakowy, Miód pszczeli, Papryczka ostra chili, Sok cytrynowy, TAHINI pasta (czysty zmielony SEZAM 100%)  Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne  <b>524,8kcal</b> T:30,0 W:63,1 B:12,3 Bt:12,7	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Ananas, plastry w syropie, ORZECHY ARACHIDOWE, Marchew mini, Bataty, Oliwa z oliwek, Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), Olej rzepakowy, Miód pszczeli, Papryczka ostra chili, Sok cytrynowy, TAHINI pasta (czysty zmielony SEZAM 100%)  Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne  <b>524,8kcal</b> T:30,0 W:63,1 B:12,3 Bt:12,7
<b>Śniadanie</b> Kokosowy budyń jaglany z brzoskwinia	CZEKOLADA BIAŁA (Cukier, tłuszcz kakaowy, MLEKO pełne w proszku, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy), Kasza jaglana, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Miód pszczeli, Wiórki kokosowe  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne  <b>375,6kcal</b> T:9,4 W:63,0 B:11,2 Bt:3,1	CZEKOLADA BIAŁA (Cukier, tłuszcz kakaowy, MLEKO pełne w proszku, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy), Kasza jaglana, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Miód pszczeli, Wiórki kokosowe  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne  <b>478,0kcal</b> T:11,9 W:80,2 B:14,3 Bt:4,0	CZEKOLADA BIAŁA (Cukier, tłuszcz kakaowy, MLEKO pełne w proszku, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy), Kasza jaglana, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Miód pszczeli, Wiórki kokosowe  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne  <b>580,5kcal</b> T:14,5 W:97,4 B:17,3 Bt:4,8	CZEKOLADA BIAŁA (Cukier, tłuszcz kakaowy, MLEKO pełne w proszku, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy), Kasza jaglana, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Miód pszczeli, Wiórki kokosowe  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne  <b>682,9kcal</b> T:17,1 W:114,6 B:20,4 Bt:5,7
<b>Śniadanie</b> Sałatka z indykiem, awokado i fasolą	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Fasola czerwona (konserwowa), SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Mięso z podudzia indyka, bez skóry, Awokado, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli, Oliwa z oliwek, Sok cytrynowy  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne  <b>376,3kcal</b> T:26,5 W:11,9 B:23,5 Bt:2,5	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Fasola czerwona (konserwowa), SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Mięso z podudzia indyka, bez skóry, Awokado, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli, Oliwa z oliwek, Sok cytrynowy  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne  <b>533,2kcal</b> T:37,6 W:16,9 B:33,3 Bt:3,6	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Fasola czerwona (konserwowa), SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Mięso z podudzia indyka, bez skóry, Awokado, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli, Oliwa z oliwek, Sok cytrynowy  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne  <b>627,3kcal</b> T:44,2 W:19,8 B:39,1 Bt:4,2	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Fasola czerwona (konserwowa), SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Mięso z podudzia indyka, bez skóry, Awokado, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli, Oliwa z oliwek, Sok cytrynowy  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne  <b>721,4kcal</b> T:50,9 W:22,8 B:45,0 Bt:4,9
<b>Drugie śniadanie</b> Sałatka z pomidorem, mozzarellą i bazyliowym vinegrette	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Pomidor, Ogórek, Ocet balsamiczny, Oliwa z oliwek, Bazylia świeża, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne  <b>219,8kcal</b> T:14,8 W:10,9 B:11,3 Bt:1,5	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Pomidor, Ogórek, Ocet balsamiczny, Oliwa z oliwek, Bazylia świeża, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne  <b>219,8kcal</b> T:14,8 W:10,9 B:11,3 Bt:1,5	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Pomidor, Ogórek, Ocet balsamiczny, Oliwa z oliwek, Bazylia świeża, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne  <b>274,7kcal</b> T:18,5 W:13,7 B:14,1 Bt:1,9	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Pomidor, Ogórek, Ocet balsamiczny, Oliwa z oliwek, Bazylia świeża, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne  <b>274,7kcal</b> T:18,5 W:13,7 B:14,1 Bt:1,9

<p><b>Drugie śniadanie</b> Deser Snickers</p>	<p>ORZECHY ARACHIDOWE, CZEKOLADA GORZKA (miążga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), JOGURT GRECKI (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczełli, Daktyle, suszone</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>203,9kcal</b> <b>T:11,5 W:20,0 B:5,5 Bt:1,3</b></p>	<p>ORZECHY ARACHIDOWE, CZEKOLADA GORZKA (miążga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), JOGURT GRECKI (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczełli, Daktyle, suszone</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>203,9kcal</b> <b>T:11,5 W:20,0 B:5,5 Bt:1,3</b></p>	<p>ORZECHY ARACHIDOWE, CZEKOLADA GORZKA (miążga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), JOGURT GRECKI (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczełli, Daktyle, suszone</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>305,8kcal</b> <b>T:17,3 W:30,1 B:8,3 Bt:1,9</b></p>	<p>ORZECHY ARACHIDOWE, CZEKOLADA GORZKA (miążga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), JOGURT GRECKI (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczełli, Daktyle, suszone</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>305,8kcal</b> <b>T:17,3 W:30,1 B:8,3 Bt:1,9</b></p>
<p><b>Drugie śniadanie</b> Krem z pomidorów z bazylią i mozzarellą</p>	<p>Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Czosnek, Cebula, mrożona, Oliwa z oliwek, Pomidory z puszki (krojone), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Bazylija świeża, Bulion warzywny</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>201,1kcal</b> <b>T:16,7 W:7,6 B:5,0 Bt:3,2</b></p>	<p>Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Czosnek, Cebula, mrożona, Oliwa z oliwek, Pomidory z puszki (krojone), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Bazylija świeża, Bulion warzywny</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>201,1kcal</b> <b>T:16,7 W:7,6 B:5,0 Bt:3,2</b></p>	<p>Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Czosnek, Cebula, mrożona, Oliwa z oliwek, Pomidory z puszki (krojone), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Bazylija świeża, Bulion warzywny</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>247,6kcal</b> <b>T:20,5 W:9,3 B:6,2 Bt:4,0</b></p>	<p>Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Czosnek, Cebula, mrożona, Oliwa z oliwek, Pomidory z puszki (krojone), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Bazylija świeża, Bulion warzywny</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>247,6kcal</b> <b>T:20,5 W:9,3 B:6,2 Bt:4,0</b></p>
<p><b>Drugie śniadanie</b> Deser jogurtowy z jabłkami i kruszonką orzechową</p>	<p>Mus jabłkowy (jabłko, cukier, skrobia modyfikowana, regulator kwasowości - kwas cytrynowy), ORZECHY ARACHIDOWE, Płatki kukurydziane, JOGURT GRECKI (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczełli</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>207,5kcal</b> <b>T:8,1 W:28,8 B:5,4 Bt:1,2</b></p>	<p>Mus jabłkowy (jabłko, cukier, skrobia modyfikowana, regulator kwasowości - kwas cytrynowy), ORZECHY ARACHIDOWE, Płatki kukurydziane, JOGURT GRECKI (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczełli</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>207,5kcal</b> <b>T:8,1 W:28,8 B:5,4 Bt:1,2</b></p>	<p>Mus jabłkowy (jabłko, cukier, skrobia modyfikowana, regulator kwasowości - kwas cytrynowy), ORZECHY ARACHIDOWE, Płatki kukurydziane, JOGURT GRECKI (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczełli</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>271,4kcal</b> <b>T:10,6 W:37,6 B:7,0 Bt:1,5</b></p>	<p>Mus jabłkowy (jabłko, cukier, skrobia modyfikowana, regulator kwasowości - kwas cytrynowy), ORZECHY ARACHIDOWE, Płatki kukurydziane, JOGURT GRECKI (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczełli</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>271,4kcal</b> <b>T:10,6 W:37,6 B:7,0 Bt:1,5</b></p>
<p><b>Obiad</b> Tofu tikka masala, złoty ryż, warzywa na parze</p>	<p>Ryż biały, Kurkuma, Czarnuszka, TOFU NATURALNE (woda, ziarna SOI), Pomidory z puszki (krojone), Cebula, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Oliwa z oliwek, Czosnek, Kolendra (liście), SEZAM, NASIONA, Brokuly, Marchew, Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p> <p><b>449,3kcal</b> <b>T:23,9 W:46,2 B:17,0 Bt:7,0</b></p>	<p>Ryż biały, Kurkuma, Czarnuszka, TOFU NATURALNE (woda, ziarna SOI), Pomidory z puszki (krojone), Cebula, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Oliwa z oliwek, Czosnek, Kolendra (liście), SEZAM, NASIONA, Brokuly, Marchew, Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p> <p><b>633,2kcal</b> <b>T:33,2 W:65,8 B:23,8 Bt:8,9</b></p>	<p>Ryż biały, Kurkuma, Czarnuszka, TOFU NATURALNE (woda, ziarna SOI), Pomidory z puszki (krojone), Cebula, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Oliwa z oliwek, Czosnek, Kolendra (liście), SEZAM, NASIONA, Brokuly, Marchew, Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p> <p><b>771,1kcal</b> <b>T:38,9 W:83,9 B:28,4 Bt:10,2</b></p>	<p>Ryż biały, Kurkuma, Czarnuszka, TOFU NATURALNE (woda, ziarna SOI), Pomidory z puszki (krojone), Cebula, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Oliwa z oliwek, Czosnek, Kolendra (liście), SEZAM, NASIONA, Brokuly, Marchew, Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p> <p><b>955,0kcal</b> <b>T:48,3 W:103,5 B:35,2 Bt:12,2</b></p>
<p><b>Obiad</b> Indyk w sosie pieczarkowym, puree ziemniaczane, surówka z marchewki</p>	<p>Mięso z podudzia indyka, bez skóry, Cebula, mrożona, Pieczarka uprawna, świeża, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Ziemniaki, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Marchew, Jabłko, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar)</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>442,2kcal</b> <b>T:26,9 W:24,2 B:28,0 Bt:4,8</b></p>	<p>Mięso z podudzia indyka, bez skóry, Cebula, mrożona, Pieczarka uprawna, świeża, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Ziemniaki, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Marchew, Jabłko, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar)</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>636,4kcal</b> <b>T:37,7 W:33,5 B:43,5 Bt:6,1</b></p>	<p>Mięso z podudzia indyka, bez skóry, Cebula, mrożona, Pieczarka uprawna, świeża, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Ziemniaki, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Marchew, Jabłko, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar)</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>733,4kcal</b> <b>T:43,0 W:38,2 B:51,3 Bt:6,7</b></p>	<p>Mięso z podudzia indyka, bez skóry, Cebula, mrożona, Pieczarka uprawna, świeża, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Ziemniaki, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Marchew, Jabłko, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar)</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>976,2kcal</b> <b>T:56,5 W:49,9 B:70,7 Bt:8,3</b></p>

<p><b>Obiad</b> Pilaw wieprzowy z kaszą kuskus</p>	<p>KASZA KUSKUS, Cebula, mrożona, Czosnek, Marchew, Oliwa z oliwek, Wieprzowina, karkówka, Pietruszka, liście, Kurkuma, Pieprz czarny młotkowany, Papryka słodka wędzona</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>471,4kcal</b> <b>T:23,6 W:33,7 B:28,5 Bt:3,5</b></p>	<p>KASZA KUSKUS, Cebula, mrożona, Czosnek, Marchew, Oliwa z oliwek, Wieprzowina, karkówka, Pietruszka, liście, Kurkuma, Pieprz czarny młotkowany, Papryka słodka wędzona</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>685,8kcal</b> <b>T:33,9 W:50,3 B:41,2 Bt:5,2</b></p>	<p>KASZA KUSKUS, Cebula, mrożona, Czosnek, Marchew, Oliwa z oliwek, Wieprzowina, karkówka, Pietruszka, liście, Kurkuma, Pieprz czarny młotkowany, Papryka słodka wędzona</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>803,8kcal</b> <b>T:37,1 W:65,4 B:46,9 Bt:6,4</b></p>	<p>KASZA KUSKUS, Cebula, mrożona, Czosnek, Marchew, Oliwa z oliwek, Wieprzowina, karkówka, Pietruszka, liście, Kurkuma, Pieprz czarny młotkowany, Papryka słodka wędzona</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>1 018,1kcal</b> <b>T:47,4 W:82,0 B:59,6 Bt:8,1</b></p>
<p><b>Obiad</b> Kotlety jajeczne z sosem pieczarkowym, surówka z kiszzonego ogórka</p>	<p>BULKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), JAJA GOTOWANE, Pietruszka, liście, Masa JAJECZNA, Ogórki kiszzone (ogórek gruntowy, sól), Marchew, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Słonecznik, nasiona, łuskane, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Pieczarka uprawna, świeża, Koper ogrodowy</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>430,5kcal</b> <b>T:30,1 W:12,2 B:28,5 Bt:3,4</b></p>	<p>BULKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), JAJA GOTOWANE, Pietruszka, liście, Masa JAJECZNA, Ogórki kiszzone (ogórek gruntowy, sól), Marchew, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Słonecznik, nasiona, łuskane, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Pieczarka uprawna, świeża, Koper ogrodowy</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>651,3kcal</b> <b>T:44,9 W:17,6 B:45,2 Bt:4,6</b></p>	<p>BULKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), JAJA GOTOWANE, Pietruszka, liście, Masa JAJECZNA, Ogórki kiszzone (ogórek gruntowy, sól), Marchew, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Słonecznik, nasiona, łuskane, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Pieczarka uprawna, świeża, Koper ogrodowy</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>794,8kcal</b> <b>T:54,6 W:21,1 B:56,2 Bt:5,3</b></p>	<p>BULKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), JAJA GOTOWANE, Pietruszka, liście, Masa JAJECZNA, Ogórki kiszzone (ogórek gruntowy, sól), Marchew, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Słonecznik, nasiona, łuskane, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Pieczarka uprawna, świeża, Koper ogrodowy</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>993,6kcal</b> <b>T:68,0 W:26,0 B:71,3 Bt:6,4</b></p>
<p><b>Podwieczorek</b> Zupa buraczkowa</p>	<p>Bulion warzywny, Ziemiaki, Sok cytrynowy, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Pietruszka, liście, Pietruszka, korzeń, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Czosnek, Cukier, Cebula, mrożona, Burak tarty</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>187,4kcal</b> <b>T:7,7 W:26,5 B:3,5 Bt:3,2</b></p>	<p>Bulion warzywny, Ziemiaki, Sok cytrynowy, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Pietruszka, liście, Pietruszka, korzeń, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Czosnek, Cukier, Cebula, mrożona, Burak tarty</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>187,4kcal</b> <b>T:7,7 W:26,5 B:3,5 Bt:3,2</b></p>	<p>Bulion warzywny, Ziemiaki, Sok cytrynowy, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Pietruszka, liście, Pietruszka, korzeń, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Czosnek, Cukier, Cebula, mrożona, Burak tarty</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>283,7kcal</b> <b>T:11,7 W:40,1 B:5,3 Bt:4,8</b></p>	<p>Bulion warzywny, Ziemiaki, Sok cytrynowy, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Pietruszka, liście, Pietruszka, korzeń, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Czosnek, Cukier, Cebula, mrożona, Burak tarty</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>283,7kcal</b> <b>T:11,7 W:40,1 B:5,3 Bt:4,8</b></p>
<p><b>Podwieczorek</b> Proteinowy koktajl truskawka-mango</p>	<p>Truskawki, mrożone, Mango, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Banan, Odżywka białkowa</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>233,5kcal</b> <b>T:3,2 W:28,9 B:23,6 Bt:2,4</b></p>	<p>Truskawki, mrożone, Mango, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Banan, Odżywka białkowa</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>233,5kcal</b> <b>T:3,2 W:28,9 B:23,6 Bt:2,4</b></p>	<p>Truskawki, mrożone, Mango, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Banan, Odżywka białkowa</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>338,5kcal</b> <b>T:4,6 W:41,9 B:34,2 Bt:3,5</b></p>	<p>Truskawki, mrożone, Mango, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Banan, Odżywka białkowa</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>338,5kcal</b> <b>T:4,6 W:41,9 B:34,2 Bt:3,5</b></p>
<p><b>Podwieczorek</b> Kulki śliwkowo-orzechowe</p>	<p>Śliwki bez pestek, suszone, ORZECHY ARACHIDOWE, Wiórki kokosowe, Żurawina suszona, Cynamon</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p> <p><b>212,7kcal</b> <b>T:9,1 W:30,2 B:4,8 Bt:5,1</b></p>	<p>Śliwki bez pestek, suszone, ORZECHY ARACHIDOWE, Wiórki kokosowe, Żurawina suszona, Cynamon</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p> <p><b>212,7kcal</b> <b>T:9,1 W:30,2 B:4,8 Bt:5,1</b></p>	<p>Śliwki bez pestek, suszone, ORZECHY ARACHIDOWE, Wiórki kokosowe, Żurawina suszona, Cynamon</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p> <p><b>425,4kcal</b> <b>T:18,3 W:60,5 B:9,6 Bt:10,2</b></p>	<p>Śliwki bez pestek, suszone, ORZECHY ARACHIDOWE, Wiórki kokosowe, Żurawina suszona, Cynamon</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p> <p><b>425,4kcal</b> <b>T:18,3 W:60,5 B:9,6 Bt:10,2</b></p>

<p><b>Podwieczorek</b> Kuskus z botwiniką i fetą</p>	<p>KASZA KUSKUS, Botwinka, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Pietruszka, liście, Oliwa z oliwek, 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>191,2kcal</b> <b>T:6,2 W:23,3 B:7,6 Bt:3,1</b></p>	<p>KASZA KUSKUS, Botwinka, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Pietruszka, liście, Oliwa z oliwek, 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>191,2kcal</b> <b>T:6,2 W:23,3 B:7,6 Bt:3,1</b></p>	<p>KASZA KUSKUS, Botwinka, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Pietruszka, liście, Oliwa z oliwek, 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>313,4kcal</b> <b>T:10,2 W:38,2 B:12,5 Bt:5,2</b></p>	<p>KASZA KUSKUS, Botwinka, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Pietruszka, liście, Oliwa z oliwek, 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>313,4kcal</b> <b>T:10,2 W:38,2 B:12,5 Bt:5,2</b></p>
<p><b>Kolacja</b> Makaron kokardki z jagodami i słodką śmietanką</p>	<p>Czarne jagody, MAKARON KOKARDKI (mąka z PSZENICY durum, woda), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobina modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Miód pszczeli</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>383,1kcal</b> <b>T:11,4 W:61,6 B:9,0 Bt:2,5</b></p>	<p>Czarne jagody, MAKARON KOKARDKI (mąka z PSZENICY durum, woda), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobina modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Miód pszczeli</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>622,6kcal</b> <b>T:18,5 W:100,1 B:14,7 Bt:4,1</b></p>	<p>Czarne jagody, MAKARON KOKARDKI (mąka z PSZENICY durum, woda), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobina modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Miód pszczeli</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>718,4kcal</b> <b>T:21,3 W:115,5 B:17,0 Bt:4,8</b></p>	<p>Czarne jagody, MAKARON KOKARDKI (mąka z PSZENICY durum, woda), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobina modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Miód pszczeli</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>766,3kcal</b> <b>T:22,8 W:123,2 B:18,1 Bt:5,1</b></p>
<p><b>Kolacja</b> Kofty z warzywami, pita, sos tzatziki</p>	<p>CHLEB PITA (mąka PSZENNA, woda, drożdże, sól jodowana, cukier, olej roślinny, kwas L-askorbinowy), JOGURT GRECKI (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Ogórek, Czosnek, Wołowina, rostbef mielony, Papryka czerwona, mrożona, Cebula czerwona, Cukinia, Wierzowina, łopatka (mielona)</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>368,3kcal</b> <b>T:13,7 W:27,1 B:34,1 Bt:1,3</b></p>	<p>CHLEB PITA (mąka PSZENNA, woda, drożdże, sól jodowana, cukier, olej roślinny, kwas L-askorbinowy), JOGURT GRECKI (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Ogórek, Czosnek, Wołowina, rostbef mielony, Papryka czerwona, mrożona, Cebula czerwona, Cukinia, Wierzowina, łopatka (mielona)</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>541,3kcal</b> <b>T:20,0 W:40,4 B:49,9 Bt:2,0</b></p>	<p>CHLEB PITA (mąka PSZENNA, woda, drożdże, sól jodowana, cukier, olej roślinny, kwas L-askorbinowy), JOGURT GRECKI (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Ogórek, Czosnek, Wołowina, rostbef mielony, Papryka czerwona, mrożona, Cebula czerwona, Cukinia, Wierzowina, łopatka (mielona)</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>703,1kcal</b> <b>T:25,7 W:53,4 B:64,4 Bt:2,5</b></p>	<p>CHLEB PITA (mąka PSZENNA, woda, drożdże, sól jodowana, cukier, olej roślinny, kwas L-askorbinowy), JOGURT GRECKI (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Ogórek, Czosnek, Wołowina, rostbef mielony, Papryka czerwona, mrożona, Cebula czerwona, Cukinia, Wierzowina, łopatka (mielona)</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>809,2kcal</b> <b>T:28,7 W:64,9 B:72,4 Bt:2,8</b></p>
<p><b>Kolacja</b> Serek wiejski ze szczypiorkiem i rzodkiewką, chleb żytni</p>	<p>CHLEB ŻYTNIA JASNY (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNIA), SEREK WIEJSKI (TWARÓG ziarnisty, ŚMIETANKA, sól), Rzodkiewka, Szczypiorek, Dynia, pestki, 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>306,4kcal</b> <b>T:7,9 W:45,6 B:14,6 Bt:3,9</b></p>	<p>CHLEB ŻYTNIA JASNY (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNIA), SEREK WIEJSKI (TWARÓG ziarnisty, ŚMIETANKA, sól), Rzodkiewka, Szczypiorek, Dynia, pestki, 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>481,7kcal</b> <b>T:13,1 W:69,3 B:24,0 Bt:6,0</b></p>	<p>CHLEB ŻYTNIA JASNY (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNIA), SEREK WIEJSKI (TWARÓG ziarnisty, ŚMIETANKA, sól), Rzodkiewka, Szczypiorek, Dynia, pestki, 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>540,7kcal</b> <b>T:16,2 W:71,7 B:29,3 Bt:6,4</b></p>	<p>CHLEB ŻYTNIA JASNY (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNIA), SEREK WIEJSKI (TWARÓG ziarnisty, ŚMIETANKA, sól), Rzodkiewka, Szczypiorek, Dynia, pestki, 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>671,8kcal</b> <b>T:19,0 W:93,6 B:34,7 Bt:8,2</b></p>
<p><b>Kolacja</b> Młode ziemniaczki z fasolką szparagową i jajkiem sadzonym</p>	<p>Jaja kurze całe, Ziemniaki, młode, Cebula, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Fasolka szparagowa żółta, Koper ogrodowy</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne</p> <p><b>294,7kcal</b> <b>T:12,8 W:34,3 B:12,5 Bt:4,6</b></p>	<p>Jaja kurze całe, Ziemniaki, młode, Cebula, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Fasolka szparagowa żółta, Koper ogrodowy</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne</p> <p><b>520,9kcal</b> <b>T:23,4 W:57,6 B:23,5 Bt:7,8</b></p>	<p>Jaja kurze całe, Ziemniaki, młode, Cebula, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Fasolka szparagowa żółta, Koper ogrodowy</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne</p> <p><b>699,7kcal</b> <b>T:32,4 W:73,3 B:33,3 Bt:9,9</b></p>	<p>Jaja kurze całe, Ziemniaki, młode, Cebula, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Fasolka szparagowa żółta, Koper ogrodowy</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne</p> <p><b>752,4kcal</b> <b>T:34,2 W:81,8 B:34,5 Bt:11,1</b></p>