

Posiłek / potrawa / składniki	1500 kcal - 5 posiłków	2000 kcal - 5 posiłków	2500 kcal - 5 posiłków	3000 kcal - 5 posiłków
<p>Śniadanie Sałatka z kurczakiem, pomarańczą i żurawiną</p>	<p>Miks салат (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), Żurawina suszona, Pomarańcza, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sok cytrynowy, Oliwa z oliwek, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli, Woda</p> <p>Alergeny: 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Miks салат (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), Żurawina suszona, Pomarańcza, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sok cytrynowy, Oliwa z oliwek, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli, Woda</p> <p>Alergeny: 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Miks салат (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), Żurawina suszona, Pomarańcza, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sok cytrynowy, Oliwa z oliwek, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli, Woda</p> <p>Alergeny: 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Miks салат (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), Żurawina suszona, Pomarańcza, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sok cytrynowy, Oliwa z oliwek, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli, Woda</p> <p>Alergeny: 10. gorczyca i produkty pochodne</p>
<p>Śniadanie Bułka z pieczonym indykiem i sosem żurawinowym</p>	<p>BUŁKA WROCŁAWSKA (mąka PSZENNA, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNII), Rukola, Mięso z udźca indyka, bez skóry, Konfitura żurawinowa (Żurawina, cukier, woda, skrobia modyfikowana, substancja żelująca: pektyna), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych)</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>BUŁKA WROCŁAWSKA (mąka PSZENNA, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNII), Rukola, Mięso z udźca indyka, bez skóry, Konfitura żurawinowa (Żurawina, cukier, woda, skrobia modyfikowana, substancja żelująca: pektyna), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych)</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>BUŁKA WROCŁAWSKA (mąka PSZENNA, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNII), Rukola, Mięso z udźca indyka, bez skóry, Konfitura żurawinowa (Żurawina, cukier, woda, skrobia modyfikowana, substancja żelująca: pektyna), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych)</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>BUŁKA WROCŁAWSKA (mąka PSZENNA, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNII), Rukola, Mięso z udźca indyka, bez skóry, Konfitura żurawinowa (Żurawina, cukier, woda, skrobia modyfikowana, substancja żelująca: pektyna), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych)</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>
<p>Śniadanie Orkiszanka z gruszką i orzechami</p>	<p>ORZECHY ARACHIDOWE, KASZA ORKISZOWA, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Miód pszczeli, Gruszka</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 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p>	<p>ORZECHY ARACHIDOWE, KASZA ORKISZOWA, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Miód pszczeli, Gruszka</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 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>ORZECHY ARACHIDOWE, KASZA ORKISZOWA, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Miód pszczeli, Gruszka</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 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>ORZECHY ARACHIDOWE, KASZA ORKISZOWA, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Miód pszczeli, Gruszka</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 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>
<p>Śniadanie Crumble z rabarborem i wiśniami, twarogówką</p>	<p>Rabarbar, Wiśnie bez pestek, mrożone, Cukier, Płatki owsiane, Mąka kokosowa, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Cukier, SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Rabarbar, Wiśnie bez pestek, mrożone, Cukier, Płatki owsiane, Mąka kokosowa, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Cukier, SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Rabarbar, Wiśnie bez pestek, mrożone, Cukier, Płatki owsiane, Mąka kokosowa, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Cukier, SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Rabarbar, Wiśnie bez pestek, mrożone, Cukier, Płatki owsiane, Mąka kokosowa, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Cukier, SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>
<p>Drugie śniadanie Sałatka owocowa z orzechami</p>	<p>Ananas, plastry w syropie, Winogrona, Pomarańcza, ORZECHY ARACHIDOWE</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p>	<p>Ananas, plastry w syropie, Winogrona, Pomarańcza, ORZECHY ARACHIDOWE</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p>	<p>Ananas, plastry w syropie, Winogrona, Pomarańcza, ORZECHY ARACHIDOWE</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p>	<p>Ananas, plastry w syropie, Winogrona, Pomarańcza, ORZECHY ARACHIDOWE</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p>
<p>Drugie śniadanie Koktajl kakaowo-miętowy</p>	<p>Mieta świeża, Kakao 16%, proszek, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Banan, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Mieta świeża, Kakao 16%, proszek, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Banan, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Mieta świeża, Kakao 16%, proszek, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Banan, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Mieta świeża, Kakao 16%, proszek, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Banan, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>

<p>Drugie śniadanie Pasta z czerwonej fasoli i pomidorów, pita</p>	<p>CHLEB PITA (mąka PSZENNA, woda, drożdże, sól jodowana, cukier, olej roślinny, kwas L-askorbinowy), Oliwa z oliwek, Ocet balsamiczny, Ocet winny, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Fasola czerwona (fasola czerwona, woda, sól), Szcypiorek</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), Oliwa z oliwek, Ocet balsamiczny, Ocet winny, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Fasola czerwona (fasola czerwona, woda, sól), Szcypiorek</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), Oliwa z oliwek, Ocet balsamiczny, Ocet winny, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Fasola czerwona (fasola czerwona, woda, sól), Szcypiorek</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), Oliwa z oliwek, Ocet balsamiczny, Ocet winny, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Fasola czerwona (fasola czerwona, woda, sól), Szcypiorek</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>Drugie śniadanie Pieczone warzywa korzeniowe z kuskusem i sosem cytrynowym</p>	<p>KASZA KUSKUS, Oliwa z oliwek, Tymianek (świeży), SELER KORZENIOWY, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Marchew mini, 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 9. seler i produkty pochodne</p>	<p>KASZA KUSKUS, Oliwa z oliwek, Tymianek (świeży), SELER KORZENIOWY, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Marchew mini, 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 9. seler i produkty pochodne</p>	<p>KASZA KUSKUS, Oliwa z oliwek, Tymianek (świeży), SELER KORZENIOWY, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Marchew mini, 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 9. seler i produkty pochodne</p>	<p>KASZA KUSKUS, Oliwa z oliwek, Tymianek (świeży), SELER KORZENIOWY, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Marchew mini, 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 9. seler i produkty pochodne</p>
<p>Obiad Łosoś w coconut run down z kukurydzą i trawą cytrynową, ryż biały, surówka z marchewki i ogórka</p>	<p>ŁOSOŚ, ŚWIEŻY, Mleko kokosowe, Cebula czerwona, Pomidory z puszki (krojone), Kukurydza, mrożona, Imbir (przyprawa), Trawa cytrynowa, Liście limonki Kaffir, Papryka mix (papryka czerwona, papryka zielona, papryka żółta), Kurkuma, Marchew, Oliwa z oliwek, Ogórek, SEZAM, NASIONA, Ocet ryżowy, Cukier, Ryż biały</p> <p>Alergeny: 4. ryby i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p>	<p>ŁOSOŚ, ŚWIEŻY, Mleko kokosowe, Cebula czerwona, Pomidory z puszki (krojone), Kukurydza, mrożona, Imbir (przyprawa), Trawa cytrynowa, Liście limonki Kaffir, Papryka mix (papryka czerwona, papryka zielona, papryka żółta), Kurkuma, Marchew, Oliwa z oliwek, Ogórek, SEZAM, NASIONA, Ocet ryżowy, Cukier, Ryż biały</p> <p>Alergeny: 4. ryby i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p>	<p>ŁOSOŚ, ŚWIEŻY, Mleko kokosowe, Cebula czerwona, Pomidory z puszki (krojone), Kukurydza, mrożona, Imbir (przyprawa), Trawa cytrynowa, Liście limonki Kaffir, Papryka mix (papryka czerwona, papryka zielona, papryka żółta), Kurkuma, Marchew, Oliwa z oliwek, Ogórek, SEZAM, NASIONA, Ocet ryżowy, Cukier, Ryż biały</p> <p>Alergeny: 4. ryby i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p>	<p>ŁOSOŚ, ŚWIEŻY, Mleko kokosowe, Cebula czerwona, Pomidory z puszki (krojone), Kukurydza, mrożona, Imbir (przyprawa), Trawa cytrynowa, Liście limonki Kaffir, Papryka mix (papryka czerwona, papryka zielona, papryka żółta), Kurkuma, Marchew, Oliwa z oliwek, Ogórek, SEZAM, NASIONA, Ocet ryżowy, Cukier, Ryż biały</p> <p>Alergeny: 4. ryby i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p>
<p>Obiad Połędwiczka wieprzowa w sosie winno-maślanym, ziemniaki, surówka z czerwonej kapusty</p>	<p>Ziemniaki, młode, Kapusta czerwona, Papryka zielona, Marchew, Olej rzepakowy, Połędwiczka wieprzowa (surowa), Wino białe, wytrawne, Olej rzepakowy, Czosnek, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Ziemniaki, młode, Kapusta czerwona, Papryka zielona, Marchew, Olej rzepakowy, Połędwiczka wieprzowa (surowa), Wino białe, wytrawne, Olej rzepakowy, Czosnek, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Ziemniaki, młode, Kapusta czerwona, Papryka zielona, Marchew, Olej rzepakowy, Połędwiczka wieprzowa (surowa), Wino białe, wytrawne, Olej rzepakowy, Czosnek, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Ziemniaki, młode, Kapusta czerwona, Papryka zielona, Marchew, Olej rzepakowy, Połędwiczka wieprzowa (surowa), Wino białe, wytrawne, Olej rzepakowy, Czosnek, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>
<p>Obiad Szpinkowe kotleciki z bobem i kaszą kuskus, sos sezamowy, surówka z ogórka</p>	<p>JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), SEZAM, NASIONA, OLEJ SEZAMOWY, Ogórek, Ocet ryżowy, Marchew, Oliwa z oliwek, Cukier, Bób, Cebula czerwona, Masa JAJECZNA, KASZA KUSKUS, MAKA PSZENNA, TYP 550, Szpinak, mrożony, Pietruszka, liście, Papryczka ostra chili, 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 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p>	<p>JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), SEZAM, NASIONA, OLEJ SEZAMOWY, Ogórek, Ocet ryżowy, Marchew, Oliwa z oliwek, Cukier, Bób, Cebula czerwona, Masa JAJECZNA, KASZA KUSKUS, MAKA PSZENNA, TYP 550, Szpinak, mrożony, Pietruszka, liście, Papryczka ostra chili, 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 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p>	<p>JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), SEZAM, NASIONA, OLEJ SEZAMOWY, Ogórek, Ocet ryżowy, Marchew, Oliwa z oliwek, Cukier, Bób, Cebula czerwona, Masa JAJECZNA, KASZA KUSKUS, MAKA PSZENNA, TYP 550, Szpinak, mrożony, Pietruszka, liście, Papryczka ostra chili, 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 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p>	<p>JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), SEZAM, NASIONA, OLEJ SEZAMOWY, Ogórek, Ocet ryżowy, Marchew, Oliwa z oliwek, Cukier, Bób, Cebula czerwona, Masa JAJECZNA, KASZA KUSKUS, MAKA PSZENNA, TYP 550, Szpinak, mrożony, Pietruszka, liście, Papryczka ostra chili, 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 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p>
<p>Obiad Wieprzowina po azjatycku z brokułami, ryż biały</p>	<p>ORZECHY ARACHIDOWE, Ryż biały, SOS SOJOWY (woda, ziarno SOI, PSZENICA, sól), Wieprzowina, łopatka, Cebula czerwona, Imbir świeży, Skrobia ziemniaczana, Papryczka chili, Papryka czerwona, mrożona, Olej kokosowy, Czosnek, Brokuły</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p>	<p>ORZECHY ARACHIDOWE, Ryż biały, SOS SOJOWY (woda, ziarno SOI, PSZENICA, sól), Wieprzowina, łopatka, Cebula czerwona, Imbir świeży, Skrobia ziemniaczana, Papryczka chili, Papryka czerwona, mrożona, Olej kokosowy, Czosnek, Brokuły</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p>	<p>ORZECHY ARACHIDOWE, Ryż biały, SOS SOJOWY (woda, ziarno SOI, PSZENICA, sól), Wieprzowina, łopatka, Cebula czerwona, Imbir świeży, Skrobia ziemniaczana, Papryczka chili, Papryka czerwona, mrożona, Olej kokosowy, Czosnek, Brokuły</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p>	<p>ORZECHY ARACHIDOWE, Ryż biały, SOS SOJOWY (woda, ziarno SOI, PSZENICA, sól), Wieprzowina, łopatka, Cebula czerwona, Imbir świeży, Skrobia ziemniaczana, Papryczka chili, Papryka czerwona, mrożona, Olej kokosowy, Czosnek, Brokuły</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p>

<p>Podwieczorek Zupa grzybowa z makaronem</p>	<p>Ziemniaki, MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda), Cebula, Por, mrożony, Marchew, mrożona, Pietruszka, korzeń, SELER NACIOWY, Podgrzybki, mrożone, Pieczarka uprawna, mrożona, Pietruszka, liście, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Bulion warzywny</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne</p>	<p>Ziemniaki, MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda), Cebula, Por, mrożony, Marchew, mrożona, Pietruszka, korzeń, SELER NACIOWY, Podgrzybki, mrożone, Pieczarka uprawna, mrożona, Pietruszka, liście, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Bulion warzywny</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne</p>	<p>Ziemniaki, MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda), Cebula, Por, mrożony, Marchew, mrożona, Pietruszka, korzeń, SELER NACIOWY, Podgrzybki, mrożone, Pieczarka uprawna, mrożona, Pietruszka, liście, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Bulion warzywny</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne</p>	<p>Ziemniaki, MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda), Cebula, Por, mrożony, Marchew, mrożona, Pietruszka, korzeń, SELER NACIOWY, Podgrzybki, mrożone, Pieczarka uprawna, mrożona, Pietruszka, liście, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Bulion warzywny</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne</p>
<p>Podwieczorek Kuskus z fetą, ogórkiem i granatem</p>	<p>KASZA KUSKUS, Ogórek, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Pietruszka, liście, Granat, Szpinak, 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 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>KASZA KUSKUS, Ogórek, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Pietruszka, liście, Granat, Szpinak, 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 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>KASZA KUSKUS, Ogórek, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Pietruszka, liście, Granat, Szpinak, 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 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>KASZA KUSKUS, Ogórek, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Pietruszka, liście, Granat, Szpinak, 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 7. mleko i produkty pochodne</p>
<p>Podwieczorek Koktajl jagodowy z chia</p>	<p>JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czarne jagody, mrożone, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Miód pszczeli, Woda, Nasiona chia</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czarne jagody, mrożone, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Miód pszczeli, Woda, Nasiona chia</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czarne jagody, mrożone, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Miód pszczeli, Woda, Nasiona chia</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czarne jagody, mrożone, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Miód pszczeli, Woda, Nasiona chia</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>
<p>Podwieczorek Serniczek z pudełka z masłem orzechowym</p>	<p>ORZECHY ARACHIDOWE, Rodzynki, suszone, Miód pszczeli, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych)</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>ORZECHY ARACHIDOWE, Rodzynki, suszone, Miód pszczeli, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych)</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>ORZECHY ARACHIDOWE, Rodzynki, suszone, Miód pszczeli, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych)</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>ORZECHY ARACHIDOWE, Rodzynki, suszone, Miód pszczeli, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych)</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>
<p>Kolacja Ryż z jabłkami i orzechami, jogurt naturalny</p>	<p>JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Mus jabłkowy, Cynamon, Imbir świeży, Ryż biały, ORZECHY ARACHIDOWE, Rodzynki, suszone, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Mus jabłkowy, Cynamon, Imbir świeży, Ryż biały, ORZECHY ARACHIDOWE, Rodzynki, suszone, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Mus jabłkowy, Cynamon, Imbir świeży, Ryż biały, ORZECHY ARACHIDOWE, Rodzynki, suszone, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Mus jabłkowy, Cynamon, Imbir świeży, Ryż biały, ORZECHY ARACHIDOWE, Rodzynki, suszone, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>
<p>Kolacja Penne z kurczakiem i oliwą bazyliową</p>	<p>Pomidory koktajlowe, MAKARON PENNE (mąka z PSZENICY durum, woda), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Oliwa z oliwek, Czosnek, Bazylia świeża</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>Pomidory koktajlowe, MAKARON PENNE (mąka z PSZENICY durum, woda), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Oliwa z oliwek, Czosnek, Bazylia świeża</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>Pomidory koktajlowe, MAKARON PENNE (mąka z PSZENICY durum, woda), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Oliwa z oliwek, Czosnek, Bazylia świeża</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>Pomidory koktajlowe, MAKARON PENNE (mąka z PSZENICY durum, woda), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Oliwa z oliwek, Czosnek, Bazylia świeża</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>Kolacja Domowa sałatka jarzynowa, chleb żytni</p>	<p>CHLEB ŻYTNIA JASNY (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNIA), Sałatka jarzynowa (Marchew , groszek, ziemniak, jabłko, seler, pietruszka, cebula), JAJA GOTOWANE, Pietruszka, liście, Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy, Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), Jabłko, Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Szczypiorek</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 9. seler i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>CHLEB ŻYTNIA JASNY (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNIA), Sałatka jarzynowa (Marchew , groszek, ziemniak, jabłko, seler, pietruszka, cebula), JAJA GOTOWANE, Pietruszka, liście, Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy, Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), Jabłko, Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Szczypiorek</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 9. seler i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>CHLEB ŻYTNIA JASNY (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNIA), Sałatka jarzynowa (Marchew , groszek, ziemniak, jabłko, seler, pietruszka, cebula), JAJA GOTOWANE, Pietruszka, liście, Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy, Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), Jabłko, Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Szczypiorek</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 9. seler i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>CHLEB ŻYTNIA JASNY (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNIA), Sałatka jarzynowa (Marchew , groszek, ziemniak, jabłko, seler, pietruszka, cebula), JAJA GOTOWANE, Pietruszka, liście, Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy, Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), Jabłko, Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Szczypiorek</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 9. seler i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>
<p>Kolacja Kąski kurczaka z sosem chilli-mango, sałatka</p>	<p>Papryka mielona słodka, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Oliwa z oliwek, Bazylia suszona, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Słodki sos chilli (woda, cukier, chili, czosnek, sól, kwas octowy), Mango mus, Papryka czerwona, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), Pomidor</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Papryka mielona słodka, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Oliwa z oliwek, Bazylia suszona, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Słodki sos chilli (woda, cukier, chili, czosnek, sól, kwas octowy), Mango mus, Papryka czerwona, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), Pomidor</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Papryka mielona słodka, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Oliwa z oliwek, Bazylia suszona, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Słodki sos chilli (woda, cukier, chili, czosnek, sól, kwas octowy), Mango mus, Papryka czerwona, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), Pomidor</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Papryka mielona słodka, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Oliwa z oliwek, Bazylia suszona, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Słodki sos chilli (woda, cukier, chili, czosnek, sól, kwas octowy), Mango mus, Papryka czerwona, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), Pomidor</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>