

Posiłek / potrawa / składniki	1500 kcal - 5 posiłków	2000 kcal - 5 posiłków	2500 kcal - 5 posiłków	3000 kcal - 5 posiłków
<p><b>Śniadanie</b> Czekoladowo-kokosowy budyń jaglany z wiśniami</p>	<p>Wiśnie bez pestek, mrożone, Wiórki kokosowe, Kasza jaglana, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Miód pszczeli, Kakao 16%, proszek, Wiórki kokosowe</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>376,0kcal</b> <b>T:11,6 W:58,0 B:11,9 Bt:4,4</b></p>	<p>Wiśnie bez pestek, mrożone, Wiórki kokosowe, Kasza jaglana, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Miód pszczeli, Kakao 16%, proszek, Wiórki kokosowe</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>532,1kcal</b> <b>T:16,5 W:82,1 B:16,8 Bt:6,2</b></p>	<p>Wiśnie bez pestek, mrożone, Wiórki kokosowe, Kasza jaglana, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Miód pszczeli, Kakao 16%, proszek, Wiórki kokosowe</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>532,1kcal</b> <b>T:16,5 W:82,1 B:16,8 Bt:6,2</b></p>	<p>Wiśnie bez pestek, mrożone, Wiórki kokosowe, Kasza jaglana, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Miód pszczeli, Kakao 16%, proszek, Wiórki kokosowe</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>695,3kcal</b> <b>T:21,5 W:107,3 B:22,0 Bt:8,1</b></p>
<p><b>Śniadanie</b> Kanaпка z serkiem chrzanowym z burakiem i kielkami</p>	<p>CHLEB ŻYTNIA JASNY (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNIA), Rukola, Kielki buraka, Ogórek, Burak tarty, SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Chrzan (korzeń chrzanu, woda, cukier, ocet spirytusowy, olej roślinny, sól, kwas cytrynowy, MLEKO w proszku)</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>326,6kcal</b> <b>T:13,4 W:46,3 B:7,6 Bt:4,4</b></p>	<p>CHLEB ŻYTNIA JASNY (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNIA), Rukola, Kielki buraka, Ogórek, Burak tarty, SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Chrzan (korzeń chrzanu, woda, cukier, ocet spirytusowy, olej roślinny, sól, kwas cytrynowy, MLEKO w proszku)</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>515,6kcal</b> <b>T:22,5 W:69,7 B:12,2 Bt:6,8</b></p>	<p>CHLEB ŻYTNIA JASNY (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNIA), Rukola, Kielki buraka, Ogórek, Burak tarty, SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Chrzan (korzeń chrzanu, woda, cukier, ocet spirytusowy, olej roślinny, sól, kwas cytrynowy, MLEKO w proszku)</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>515,6kcal</b> <b>T:22,5 W:69,7 B:12,2 Bt:6,8</b></p>	<p>CHLEB ŻYTNIA JASNY (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNIA), Rukola, Kielki buraka, Ogórek, Burak tarty, SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Chrzan (korzeń chrzanu, woda, cukier, ocet spirytusowy, olej roślinny, sól, kwas cytrynowy, MLEKO w proszku)</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>646,2kcal</b> <b>T:26,7 W:91,2 B:14,9 Bt:8,6</b></p>
<p><b>Śniadanie</b> Budda bowl z indykiem, pieczonymi warzywami, ananasem i sosem sezamowym z chilli</p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymiska, cykoria), ORZECHY ARACHIDOWE, Ananas, plastyry w syropie, Marchew, Cukinia, Bakłażan, Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście, Mięso z podudzia indyka, bez skóry, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Papryczka ostra chili, Sok cytrynowy, TAHINI pasta (czysty zmielony SEZAM 100%)</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p> <p><b>326,4kcal</b> <b>T:17,6 W:22,3 B:21,7 Bt:4,2</b></p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymiska, cykoria), ORZECHY ARACHIDOWE, Ananas, plastyry w syropie, Marchew, Cukinia, Bakłażan, Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście, Mięso z podudzia indyka, bez skóry, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Papryczka ostra chili, Sok cytrynowy, TAHINI pasta (czysty zmielony SEZAM 100%)</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p> <p><b>489,6kcal</b> <b>T:26,4 W:33,5 B:32,6 Bt:6,3</b></p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymiska, cykoria), ORZECHY ARACHIDOWE, Ananas, plastyry w syropie, Marchew, Cukinia, Bakłażan, Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście, Mięso z podudzia indyka, bez skóry, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Papryczka ostra chili, Sok cytrynowy, TAHINI pasta (czysty zmielony SEZAM 100%)</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p> <p><b>489,6kcal</b> <b>T:26,4 W:33,5 B:32,6 Bt:6,3</b></p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymiska, cykoria), ORZECHY ARACHIDOWE, Ananas, plastyry w syropie, Marchew, Cukinia, Bakłażan, Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście, Mięso z podudzia indyka, bez skóry, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Papryczka ostra chili, Sok cytrynowy, TAHINI pasta (czysty zmielony SEZAM 100%)</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p> <p><b>734,4kcal</b> <b>T:39,6 W:50,3 B:48,9 Bt:9,4</b></p>
<p><b>Śniadanie</b> Bułeczka śniadaniowa z twarogiem chałwowym i konfiturą owocową</p>	<p>Bulka maślana (mąka pszenna, woda, sól, masło ekstra, naturalny zakwas), Mieszanka kompotowa (śliwka połówki, truskawki, porzeczka czerwona, agrest, truskawka, jagoda), Miód pszczeli, Skrobia ziemniaczana, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), CHAŁWA WANILIOWA (miążga SEZAMOWA, syrop glukozowy, białko JAJA w proszku, ekstrakt z korzenia mydlnicy, naturalny aromat waniliowy, aromat), Ekstrakt waniliowy, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych)</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>397,0kcal</b> <b>T:15,1 W:48,1 B:15,9 Bt:4,0</b></p>	<p>Bulka maślana (mąka pszenna, woda, sól, masło ekstra, naturalny zakwas), Mieszanka kompotowa (śliwka połówki, truskawki, porzeczka czerwona, agrest, truskawka, jagoda), Miód pszczeli, Skrobia ziemniaczana, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), CHAŁWA WANILIOWA (miążga SEZAMOWA, syrop glukozowy, białko JAJA w proszku, ekstrakt z korzenia mydlnicy, naturalny aromat waniliowy, aromat), Ekstrakt waniliowy, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych)</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>522,0kcal</b> <b>T:21,5 W:58,0 B:21,9 Bt:5,6</b></p>	<p>Bulka maślana (mąka pszenna, woda, sól, masło ekstra, naturalny zakwas), Mieszanka kompotowa (śliwka połówki, truskawki, porzeczka czerwona, agrest, truskawka, jagoda), Miód pszczeli, Skrobia ziemniaczana, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), CHAŁWA WANILIOWA (miążga SEZAMOWA, syrop glukozowy, białko JAJA w proszku, ekstrakt z korzenia mydlnicy, naturalny aromat waniliowy, aromat), Ekstrakt waniliowy, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych)</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>522,0kcal</b> <b>T:21,5 W:58,0 B:21,9 Bt:5,6</b></p>	<p>Bulka maślana (mąka pszenna, woda, sól, masło ekstra, naturalny zakwas), Mieszanka kompotowa (śliwka połówki, truskawki, porzeczka czerwona, agrest, truskawka, jagoda), Miód pszczeli, Skrobia ziemniaczana, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), CHAŁWA WANILIOWA (miążga SEZAMOWA, syrop glukozowy, białko JAJA w proszku, ekstrakt z korzenia mydlnicy, naturalny aromat waniliowy, aromat), Ekstrakt waniliowy, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych)</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>694,0kcal</b> <b>T:25,0 W:88,3 B:27,1 Bt:6,8</b></p>

<p><b>Drugie śniadanie</b> Twarożek bazyliowy ze słupkami marchewki i papryki</p>	<p>Papryka czerwona, Marchew, SER TWAROGOWY PÓŁTLUSTY (MLEKO, kultury bakterii), Bazylia świeża, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Pesto zielone z bazylii (bazylija, olej rzepakowy, słonecznik, czosnek)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>209,9kcal</b> <b>T:8,8 W:13,0 B:20,6 Bt:2,8</b></p>	<p>Papryka czerwona, Marchew, SER TWAROGOWY PÓŁTLUSTY (MLEKO, kultury bakterii), Bazylia świeża, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Pesto zielone z bazylii (bazylija, olej rzepakowy, słonecznik, czosnek)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>209,9kcal</b> <b>T:8,8 W:13,0 B:20,6 Bt:2,8</b></p>	<p>Papryka czerwona, Marchew, SER TWAROGOWY PÓŁTLUSTY (MLEKO, kultury bakterii), Bazylia świeża, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Pesto zielone z bazylii (bazylija, olej rzepakowy, słonecznik, czosnek)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>266,6kcal</b> <b>T:11,2 W:16,5 B:26,2 Bt:3,6</b></p>	<p>Papryka czerwona, Marchew, SER TWAROGOWY PÓŁTLUSTY (MLEKO, kultury bakterii), Bazylia świeża, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Pesto zielone z bazylii (bazylija, olej rzepakowy, słonecznik, czosnek)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>266,6kcal</b> <b>T:11,2 W:16,5 B:26,2 Bt:3,6</b></p>
<p><b>Drugie śniadanie</b> Koktajl truskawkowo-ananasowy z siemieniem lnianym</p>	<p>Truskawki, mrożone, Banan, Ananas, plastyry w syropie, Len, nasiona, Woda</p> <p><b>217,1kcal</b> <b>T:5,2 W:40,3 B:5,0 Bt:5,9</b></p>	<p>Truskawki, mrożone, Banan, Ananas, plastyry w syropie, Len, nasiona, Woda</p> <p><b>217,1kcal</b> <b>T:5,2 W:40,3 B:5,0 Bt:5,9</b></p>	<p>Truskawki, mrożone, Banan, Ananas, plastyry w syropie, Len, nasiona, Woda</p> <p><b>314,8kcal</b> <b>T:7,5 W:58,5 B:7,3 Bt:8,5</b></p>	<p>Truskawki, mrożone, Banan, Ananas, plastyry w syropie, Len, nasiona, Woda</p> <p><b>434,3kcal</b> <b>T:10,4 W:80,7 B:10,1 Bt:11,8</b></p>
<p><b>Drugie śniadanie</b> Ciasto Leśny mech z kremem mascarpone</p>	<p>Leśny mech (mąka PSZENNA, JAJA kurze, JOGURT naturalny, szpinak, TWARÓG półtłusty, ŚMIETANKA 30%, miód pszczeli, olej rzepakowy)</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>198,0kcal</b> <b>T:10,4 W:36,7 B:8,0 Bt:1,4</b></p>	<p>Leśny mech (mąka PSZENNA, JAJA kurze, JOGURT naturalny, szpinak, TWARÓG półtłusty, ŚMIETANKA 30%, miód pszczeli, olej rzepakowy)</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>198,0kcal</b> <b>T:10,4 W:36,7 B:8,0 Bt:1,4</b></p>	<p>Leśny mech (mąka PSZENNA, JAJA kurze, JOGURT naturalny, szpinak, TWARÓG półtłusty, ŚMIETANKA 30%, miód pszczeli, olej rzepakowy)</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>297kcal</b> <b>T:15,6 W:55,1 B:12,0 Bt:2,1</b></p>	<p>Leśny mech (mąka PSZENNA, JAJA kurze, JOGURT naturalny, szpinak, TWARÓG półtłusty, ŚMIETANKA 30%, miód pszczeli, olej rzepakowy)</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>297kcal</b> <b>T:15,6 W:55,1 B:12,0 Bt:2,1</b></p>
<p><b>Drugie śniadanie</b> Zupa jarzynowa z makaronem</p>	<p>Marchew, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Pietruszka, korzeń, SELER KORZENIOWY, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Szcypiorek, Bulion warzywny, Fasolka szparagowa, mrożona, Brokuły, MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda)</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>211,6kcal</b> <b>T:11,2 W:22,5 B:4,2 Bt:3,9</b></p>	<p>Marchew, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Pietruszka, korzeń, SELER KORZENIOWY, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Szcypiorek, Bulion warzywny, Fasolka szparagowa, mrożona, Brokuły, MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda)</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>211,6kcal</b> <b>T:11,2 W:22,5 B:4,2 Bt:3,9</b></p>	<p>Marchew, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Pietruszka, korzeń, SELER KORZENIOWY, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Szcypiorek, Bulion warzywny, Fasolka szparagowa, mrożona, Brokuły, MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda)</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>302,4kcal</b> <b>T:16,0 W:32,2 B:6,0 Bt:5,7</b></p>	<p>Marchew, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Pietruszka, korzeń, SELER KORZENIOWY, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Szcypiorek, Bulion warzywny, Fasolka szparagowa, mrożona, Brokuły, MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda)</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>302,4kcal</b> <b>T:16,0 W:32,2 B:6,0 Bt:5,7</b></p>
<p><b>Obiad</b> Gulasz warzywny z pieczarkami i marchewką z ziemniakami i surówką z kapusty pekińskiej</p>	<p>Ziemniaki, Marchew, Bulion warzywny, Pomidory z puszką (krojone), Pieczarka uprawna, mrożona, Oliwa z oliwek, MAKA PSZENNA, TYP 550, Czosnek, Cebula, mrożona, Kapusta pekińska, Oliwa z oliwek, Marchew, Cukier, Papryka czerwona</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>424,8kcal</b> <b>T:24,5 W:46,6 B:7,2 Bt:7,6</b></p>	<p>Ziemniaki, Marchew, Bulion warzywny, Pomidory z puszką (krojone), Pieczarka uprawna, mrożona, Oliwa z oliwek, MAKA PSZENNA, TYP 550, Czosnek, Cebula, mrożona, Kapusta pekińska, Oliwa z oliwek, Marchew, Cukier, Papryka czerwona</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>635,4kcal</b> <b>T:36,1 W:70,7 B:10,8 Bt:10,8</b></p>	<p>Ziemniaki, Marchew, Bulion warzywny, Pomidory z puszką (krojone), Pieczarka uprawna, mrożona, Oliwa z oliwek, MAKA PSZENNA, TYP 550, Czosnek, Cebula, mrożona, Kapusta pekińska, Oliwa z oliwek, Marchew, Cukier, Papryka czerwona</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>775,8kcal</b> <b>T:43,8 W:86,7 B:13,2 Bt:12,9</b></p>	<p>Ziemniaki, Marchew, Bulion warzywny, Pomidory z puszką (krojone), Pieczarka uprawna, mrożona, Oliwa z oliwek, MAKA PSZENNA, TYP 550, Czosnek, Cebula, mrożona, Kapusta pekińska, Oliwa z oliwek, Marchew, Cukier, Papryka czerwona</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>986,4kcal</b> <b>T:55,4 W:110,8 B:16,8 Bt:16,1</b></p>
<p><b>Obiad</b> Curry z kurczakiem i kolorową fasolką podane z ryżem</p>	<p>Roszpinka, Ryż biały, Cebula, mrożona, Czosnek, Szpinak, Fasolka szparagowa, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Bulion warzywny, Olej kokosowy, Mleko kokosowe, Pasta curry czerwona (czerwone, suszone chili, trawa cytrynowa, czosnek, szalotka, sól, skórka kaffir limettki, galanga)</p> <p><b>426,7kcal</b> <b>T:16,5 W:39,1 B:31,3 Bt:2,7</b></p>	<p>Roszpinka, Ryż biały, Cebula, mrożona, Czosnek, Szpinak, Fasolka szparagowa, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Bulion warzywny, Olej kokosowy, Mleko kokosowe, Pasta curry czerwona (czerwone, suszone chili, trawa cytrynowa, czosnek, szalotka, sól, skórka kaffir limettki, galanga)</p> <p><b>620,7kcal</b> <b>T:23,7 W:58,1 B:45,1 Bt:4,0</b></p>	<p>Roszpinka, Ryż biały, Cebula, mrożona, Czosnek, Szpinak, Fasolka szparagowa, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Bulion warzywny, Olej kokosowy, Mleko kokosowe, Pasta curry czerwona (czerwone, suszone chili, trawa cytrynowa, czosnek, szalotka, sól, skórka kaffir limettki, galanga)</p> <p><b>805,2kcal</b> <b>T:30,3 W:77,0 B:57,9 Bt:5,2</b></p>	<p>Roszpinka, Ryż biały, Cebula, mrożona, Czosnek, Szpinak, Fasolka szparagowa, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Bulion warzywny, Olej kokosowy, Mleko kokosowe, Pasta curry czerwona (czerwone, suszone chili, trawa cytrynowa, czosnek, szalotka, sól, skórka kaffir limettki, galanga)</p> <p><b>922,2kcal</b> <b>T:33,2 W:94,0 B:64,0 Bt:6,0</b></p>

<p><b>Obiad</b> Eskalopki ze schabu w sosie musztardowym z puree ziemniaczanym i surówką z ogórków kiszonych</p>	<p>Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), Marchew, Oliwa z oliwek, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Bulion warzywny, Wieprzowina, schab surowy bez kości, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Czosnek, Cebula, Ziemiaki, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>441,3kcal</b> <b>T:25,3 W:22,6 B:31,2 Bt:3,3</b></p>	<p>Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), Marchew, Oliwa z oliwek, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Bulion warzywny, Wieprzowina, schab surowy bez kości, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Czosnek, Cebula, Ziemiaki, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>610,0kcal</b> <b>T:32,9 W:32,6 B:46,6 Bt:4,2</b></p>	<p>Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), Marchew, Oliwa z oliwek, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Bulion warzywny, Wieprzowina, schab surowy bez kości, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Czosnek, Cebula, Ziemiaki, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>694,3kcal</b> <b>T:36,8 W:37,6 B:54,3 Bt:4,6</b></p>	<p>Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), Marchew, Oliwa z oliwek, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Bulion warzywny, Wieprzowina, schab surowy bez kości, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Czosnek, Cebula, Ziemiaki, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>1 031,6kcal</b> <b>T:52,0 W:57,7 B:85,1 Bt:6,3</b></p>
<p><b>Obiad</b> Kotlety rybne z dorsza z sosem tatarskim i kaszą bulgur</p>	<p>KASZA BULGUR, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), Kapary, Pietruszka, liście, Szcypiorek, Sok cytrynowy, Dorsz, świeży, Cebula, mrożona, BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), Masa JAJECZNA, Koper ogrodowy, 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 4. ryby i produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>453,2kcal</b> <b>T:15,6 W:40,2 B:33,7 Bt:7,0</b></p>	<p>KASZA BULGUR, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), Kapary, Pietruszka, liście, Szcypiorek, Sok cytrynowy, Dorsz, świeży, Cebula, mrożona, BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), Masa JAJECZNA, Koper ogrodowy, 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 4. ryby i produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>679,7kcal</b> <b>T:23,4 W:60,3 B:50,6 Bt:10,4</b></p>	<p>KASZA BULGUR, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), Kapary, Pietruszka, liście, Szcypiorek, Sok cytrynowy, Dorsz, świeży, Cebula, mrożona, BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), Masa JAJECZNA, Koper ogrodowy, 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 3. jaja i produkty pochodne 4. ryby i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>800,9kcal</b> <b>T:26,1 W:74,6 B:57,9 Bt:13,3</b></p>	<p>KASZA BULGUR, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), Kapary, Pietruszka, liście, Szcypiorek, Sok cytrynowy, Dorsz, świeży, Cebula, mrożona, BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), Masa JAJECZNA, Koper ogrodowy, 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 4. ryby i produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>1 027,5kcal</b> <b>T:34,0 W:94,8 B:74,7 Bt:16,8</b></p>
<p><b>Podwieczorek</b> Kremowa zupa z bakłażana i pomidorów</p>	<p>Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Oliwa z oliwek, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Cebula, Czosnek, Bulion warzywny, Pomidory z puszki (krojone), Cukier, SOS WORCHESTERSHIRE (woda, ekstrakt z tamaryndowca, ocet, sos SOJOWY, ocet, cebula, sól, czosnek, goździki, pieprz czarny, papryka chili), Bakłażan</p> <p>Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>205,9kcal</b> <b>T:11,1 W:20,1 B:7,6 Bt:6,3</b></p>	<p>Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Oliwa z oliwek, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Cebula, Czosnek, Bulion warzywny, Pomidory z puszki (krojone), Cukier, SOS WORCHESTERSHIRE (woda, ekstrakt z tamaryndowca, ocet, sos SOJOWY, ocet, cebula, sól, czosnek, goździki, pieprz czarny, papryka chili), Bakłażan</p> <p>Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>205,9kcal</b> <b>T:11,1 W:20,1 B:7,6 Bt:6,3</b></p>	<p>Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Oliwa z oliwek, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Cebula, Czosnek, Bulion warzywny, Pomidory z puszki (krojone), Cukier, SOS WORCHESTERSHIRE (woda, ekstrakt z tamaryndowca, ocet, sos SOJOWY, ocet, cebula, sól, czosnek, goździki, pieprz czarny, papryka chili), Bakłażan</p> <p>Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>251,7kcal</b> <b>T:13,6 W:24,6 B:9,3 Bt:7,7</b></p>	<p>Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Oliwa z oliwek, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Cebula, Czosnek, Bulion warzywny, Pomidory z puszki (krojone), Cukier, SOS WORCHESTERSHIRE (woda, ekstrakt z tamaryndowca, ocet, sos SOJOWY, ocet, cebula, sól, czosnek, goździki, pieprz czarny, papryka chili), Bakłażan</p> <p>Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>251,7kcal</b> <b>T:13,6 W:24,6 B:9,3 Bt:7,7</b></p>
<p><b>Podwieczorek</b> Szyszki orzechowe</p>	<p>Daktyle, suszone, MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), Ryż preparowany</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p> <p><b>202,9kcal</b> <b>T:5,2 W:36,8 B:3,6 Bt:3,9</b></p>	<p>Daktyle, suszone, MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), Ryż preparowany</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p> <p><b>202,9kcal</b> <b>T:5,2 W:36,8 B:3,6 Bt:3,9</b></p>	<p>Daktyle, suszone, MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), Ryż preparowany</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p> <p><b>405,8kcal</b> <b>T:10,5 W:73,6 B:7,3 Bt:7,9</b></p>	<p>Daktyle, suszone, MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), Ryż preparowany</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p> <p><b>405,8kcal</b> <b>T:10,5 W:73,6 B:7,3 Bt:7,9</b></p>
<p><b>Podwieczorek</b> Hummus cytrynowy ze słupkami marchewki i selera naciowego</p>	<p>SELER NACIOWY, Marchew, Skórka z cytryny, Ciecierzycy (woda, cieciorka, sól), Sok cytrynowy, Czosnek, TAHINI pasta (czysty zmielony SEZAM 100%), Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p> <p><b>232,6kcal</b> <b>T:12,4 W:23,0 B:8,1 Bt:9,2</b></p>	<p>SELER NACIOWY, Marchew, Skórka z cytryny, Ciecierzycy (woda, cieciorka, sól), Sok cytrynowy, Czosnek, TAHINI pasta (czysty zmielony SEZAM 100%), Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p> <p><b>232,6kcal</b> <b>T:12,4 W:23,0 B:8,1 Bt:9,2</b></p>	<p>SELER NACIOWY, Marchew, Skórka z cytryny, Ciecierzycy (woda, cieciorka, sól), Sok cytrynowy, Czosnek, TAHINI pasta (czysty zmielony SEZAM 100%), Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p> <p><b>328,9kcal</b> <b>T:18,4 W:29,5 B:11,4 Bt:11,7</b></p>	<p>SELER NACIOWY, Marchew, Skórka z cytryny, Ciecierzycy (woda, cieciorka, sól), Sok cytrynowy, Czosnek, TAHINI pasta (czysty zmielony SEZAM 100%), Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p> <p><b>328,9kcal</b> <b>T:18,4 W:29,5 B:11,4 Bt:11,7</b></p>

<p><b>Podwieczorek</b> Sernik na zimno z truskawkami</p>	<p>Sernik na zimno z truskawkami (mąka PSZENNA, TWARÓG chudy, ŚMIETANA 30%, owoce, JAJA, proszek do pieczenia, olej, skrobia ziemniaczana, agar)</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>190,4kcal</b> <b>T:7,2 W:25,2 B:6,0</b></p>	<p>Sernik na zimno z truskawkami (mąka PSZENNA, TWARÓG chudy, ŚMIETANA 30%, owoce, JAJA, proszek do pieczenia, olej, skrobia ziemniaczana, agar)</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>190,4kcal</b> <b>T:7,2 W:25,2 B:6,0</b></p>	<p>Sernik na zimno z truskawkami (mąka PSZENNA, TWARÓG chudy, ŚMIETANA 30%, owoce, JAJA, proszek do pieczenia, olej, skrobia ziemniaczana, agar)</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>285,6kcal</b> <b>T:10,9 W:37,8 B:9,0</b></p>	<p>Sernik na zimno z truskawkami (mąka PSZENNA, TWARÓG chudy, ŚMIETANA 30%, owoce, JAJA, proszek do pieczenia, olej, skrobia ziemniaczana, agar)</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>285,6kcal</b> <b>T:10,9 W:37,8 B:9,0</b></p>
<p><b>Kolacja</b> Bajgiel z serem, pomidorem i papryką</p>	<p>Rukola, BAJGIEL (mąka PSZENNA, woda, cukier, olej roślinny rzepakowy, drożdże, sól), MASŁO EKSTRA (tuszcz MLECZNY 83%), SER GOUDA plastry(MLEKO spożywcze, sól, bakterie fermentacji mlekowej), Pomidor, Papryka czerwona</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>359,9kcal</b> <b>T:14,0 W:43,6 B:15,3 Bt:4,6</b></p>	<p>Rukola, BAJGIEL (mąka PSZENNA, woda, cukier, olej roślinny rzepakowy, drożdże, sól), MASŁO EKSTRA (tuszcz MLECZNY 83%), SER GOUDA plastry(MLEKO spożywcze, sól, bakterie fermentacji mlekowej), Pomidor, Papryka czerwona</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>483,1kcal</b> <b>T:25,0 W:43,9 B:21,0 Bt:4,7</b></p>	<p>Rukola, BAJGIEL (mąka PSZENNA, woda, cukier, olej roślinny rzepakowy, drożdże, sól), MASŁO EKSTRA (tuszcz MLECZNY 83%), SER GOUDA plastry(MLEKO spożywcze, sól, bakterie fermentacji mlekowej), Pomidor, Papryka czerwona</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>606,3kcal</b> <b>T:36,1 W:44,2 B:26,7 Bt:4,8</b></p>	<p>Rukola, BAJGIEL (mąka PSZENNA, woda, cukier, olej roślinny rzepakowy, drożdże, sól), MASŁO EKSTRA (tuszcz MLECZNY 83%), SER GOUDA plastry(MLEKO spożywcze, sól, bakterie fermentacji mlekowej), Pomidor, Papryka czerwona</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>718,3kcal</b> <b>T:29,4 W:83,2 B:30,6 Bt:8,0</b></p>
<p><b>Kolacja</b> Sałatka z pomidorem, kolorową papryką i parmezanem</p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Słonecznik, nasiona, łuskane, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Pomidor, Papryka czerwona, Papryka zielona, Sok cytrynowy, Miód pszczeli, Olej rzepakowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda)</p> <p><b>347,4kcal</b> <b>T:29,2 W:8,4 B:13,7 Bt:2,0</b></p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Słonecznik, nasiona, łuskane, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Pomidor, Papryka czerwona, Papryka zielona, Sok cytrynowy, Miód pszczeli, Olej rzepakowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda)</p> <p><b>492,8kcal</b> <b>T:42,0 W:10,3 B:19,4 Bt:2,2</b></p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Słonecznik, nasiona, łuskane, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Pomidor, Papryka czerwona, Papryka zielona, Sok cytrynowy, Miód pszczeli, Olej rzepakowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda)</p> <p><b>565,5kcal</b> <b>T:48,4 W:11,2 B:22,3 Bt:2,4</b></p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Słonecznik, nasiona, łuskane, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Pomidor, Papryka czerwona, Papryka zielona, Sok cytrynowy, Miód pszczeli, Olej rzepakowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda)</p> <p><b>710,9kcal</b> <b>T:61,3 W:13,1 B:28,0 Bt:2,6</b></p>
<p><b>Kolacja</b> Kąski z kurczaka z sosem orzechowym i orientalną sałatką</p>	<p>Mleko kokosowe, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Kolendra (liście), Kminek, Kurkuma, Pasta curry czerwona, Mleko kokosowe, MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), Cukier, Ocet jabłkowy, Ogórek, Marchew, Papryka czerwona, ORZECHY ARACHIDOWE</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p> <p><b>385,6kcal</b> <b>T:21,7 W:12,5 B:35,5 Bt:2,6</b></p>	<p>Mleko kokosowe, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Kolendra (liście), Kminek, Kurkuma, Pasta curry czerwona, Mleko kokosowe, MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), Cukier, Ocet jabłkowy, Ogórek, Marchew, Papryka czerwona, ORZECHY ARACHIDOWE</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p> <p><b>523,4kcal</b> <b>T:29,6 W:15,3 B:49,2 Bt:2,9</b></p>	<p>Mleko kokosowe, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Kolendra (liście), Kminek, Kurkuma, Pasta curry czerwona, Mleko kokosowe, MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), Cukier, Ocet jabłkowy, Ogórek, Marchew, Papryka czerwona, ORZECHY ARACHIDOWE</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p> <p><b>641,5kcal</b> <b>T:36,4 W:17,7 B:61,0 Bt:3,2</b></p>	<p>Mleko kokosowe, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Kolendra (liście), Kminek, Kurkuma, Pasta curry czerwona, Mleko kokosowe, MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), Cukier, Ocet jabłkowy, Ogórek, Marchew, Papryka czerwona, ORZECHY ARACHIDOWE</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p> <p><b>700,5kcal</b> <b>T:39,7 W:18,9 B:66,8 Bt:3,3</b></p>
<p><b>Kolacja</b> Smażony ryż po chińsku z warzywami, szczypiorkiem i sezamem</p>	<p>SEZAM, NASIONA, Szczypiorek, Ryż biały, Mieszanka warzywna chińska (kielki fasoli Mung, czerwona papryka, czerwona cebula, grzyby Mung, pędy bambusa, marchew, por, cebula), Cebula, mrożona, Olej kokosowy, SOS SOJOWY (woda, ziarno SOI, PSZENICA, sól), Sok cytrynowy, Ocet ryżowy, Cukier, Czosnek</p> <p>Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p> <p><b>324,4kcal</b> <b>T:7,6 W:56,8 B:11,3 Bt:8,0</b></p>	<p>SEZAM, NASIONA, Szczypiorek, Ryż biały, Mieszanka warzywna chińska (kielki fasoli Mung, czerwona papryka, czerwona cebula, grzyby Mung, pędy bambusa, marchew, por, cebula), Cebula, mrożona, Olej kokosowy, SOS SOJOWY (woda, ziarno SOI, PSZENICA, sól), Sok cytrynowy, Ocet ryżowy, Cukier, Czosnek</p> <p>Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p> <p><b>506,2kcal</b> <b>T:11,9 W:88,6 B:17,7 Bt:12,5</b></p>	<p>SEZAM, NASIONA, Szczypiorek, Ryż biały, Mieszanka warzywna chińska (kielki fasoli Mung, czerwona papryka, czerwona cebula, grzyby Mung, pędy bambusa, marchew, por, cebula), Cebula, mrożona, Olej kokosowy, SOS SOJOWY (woda, ziarno SOI, PSZENICA, sól), Sok cytrynowy, Ocet ryżowy, Cukier, Czosnek</p> <p>Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p> <p><b>598,9kcal</b> <b>T:14,1 W:104,9 B:21,0 Bt:14,8</b></p>	<p>SEZAM, NASIONA, Szczypiorek, Ryż biały, Mieszanka warzywna chińska (kielki fasoli Mung, czerwona papryka, czerwona cebula, grzyby Mung, pędy bambusa, marchew, por, cebula), Cebula, mrożona, Olej kokosowy, SOS SOJOWY (woda, ziarno SOI, PSZENICA, sól), Sok cytrynowy, Ocet ryżowy, Cukier, Czosnek</p> <p>Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p> <p><b>713,0kcal</b> <b>T:16,8 W:124,8 B:25,0 Bt:17,7</b></p>