

Posiłek / potrawa / składniki	1500 kcal - 5 posiłków	2000 kcal - 5 posiłków	2500 kcal - 5 posiłków	3000 kcal - 5 posiłków
Śniadanie Frittata z marchewką, porem i bazylią	Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Bazylia świeża, Oliwa z oliwek, Masa JAŁCZNA, Por, mrożony, Marchew, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymka, cykori), Pomidor, Papryka zielona Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 372,7kcal T:24,1 W:13,7 B:27,5 Bt:4,8	Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Bazylia świeża, Oliwa z oliwek, Masa JAŁCZNA, Por, mrożony, Marchew, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymka, cykori), Pomidor, Papryka zielona Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 525,5kcal T:34,3 W:18,2 B:38,9 Bt:6,4	Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Bazylia świeża, Oliwa z oliwek, Masa JAŁCZNA, Por, mrożony, Marchew, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymka, cykori), Pomidor, Papryka zielona Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 525,5kcal T:34,3 W:18,2 B:38,9 Bt:6,4	Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Bazylia świeża, Oliwa z oliwek, Masa JAŁCZNA, Por, mrożony, Marchew, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymka, cykori), Pomidor, Papryka zielona Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 683,2kcal T:44,9 W:22,9 B:50,7 Bt:8,1
Śniadanie Bułka wieloziarnista z pastą chrzanową i chipssem boczkuz, świeże warzywa	Bułka wieloziarnista (mąka PSZENNA, woda, siemię lniane, płatki owsiane, drożdże, nasiona SEZAMU, słonecznik, sól, zakwas PSZENNY, mąka ŻYTNI, ekstrakt ze siodu JECZMIENNEGO, błonnik roślinny, przyprawy), Rukola, Boczek wędzony bez kości (boczek wieprzowy (94%), sól, białko wieprzowe, glukoza, substancja konserwująca: azotyn sodu), 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), Koper ogrodowy, Papryka czerwona, Ogórek, Papryka zielona Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 406,8kcal T:22,4 W:33,4 B:17,7 Bt:3,4	Bułka wieloziarnista (mąka PSZENNA, woda, siemię lniane, płatki owsiane, drożdże, nasiona SEZAMU, słonecznik, sól, zakwas PSZENNY, mąka ŻYTNI, ekstrakt ze siodu JECZMIENNEGO, błonnik roślinny, przyprawy), Rukola, Boczek wędzony bez kości (boczek wieprzowy (94%), sól, białko wieprzowe, glukoza, substancja konserwująca: azotyn sodu), 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), Koper ogrodowy, Papryka czerwona, Ogórek, Papryka zielona Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 508,8kcal T:31,2 W:35,1 B:22,2 Bt:4,2	Bułka wieloziarnista (mąka PSZENNA, woda, siemię lniane, płatki owsiane, drożdże, nasiona SEZAMU, słonecznik, sól, zakwas PSZENNY, mąka ŻYTNI, ekstrakt ze siodu JECZMIENNEGO, błonnik roślinny, przyprawy), Rukola, Boczek wędzony bez kości (boczek wieprzowy (94%), sól, białko wieprzowe, glukoza, substancja konserwująca: azotyn sodu), 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), Koper ogrodowy, Papryka czerwona, Ogórek, Papryka zielona Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 508,8kcal T:31,2 W:35,1 B:22,2 Bt:4,2	Bułka wieloziarnista (mąka PSZENNA, woda, siemię lniane, płatki owsiane, drożdże, nasiona SEZAMU, słonecznik, sól, zakwas PSZENNY, mąka ŻYTNI, ekstrakt ze siodu JECZMIENNEGO, błonnik roślinny, przyprawy), Rukola, Boczek wędzony bez kości (boczek wieprzowy (94%), sól, białko wieprzowe, glukoza, substancja konserwująca: azotyn sodu), 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), Koper ogrodowy, Papryka czerwona, Ogórek, Papryka zielona Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 691,2kcal T:35,8 W:60,9 B:30,0 Bt:4,9
Śniadanie Śniadaniowy chia bowl z owocami i płatkami migdałowy	MIGDAŁY W PŁATKACH, Nasiona chia, Mleko kokosowe, Woda, Miód pszczeli, Winogrona, Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy) Alergeny: 8. orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland i produkty pochodne 352,6kcal T:24,0 W:22,7 B:5,6 Bt:8,7	MIGDAŁY W PŁATKACH, Nasiona chia, Mleko kokosowe, Woda, Miód pszczeli, Winogrona, Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy) Alergeny: 8. orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland i produkty pochodne 520,9kcal T:35,5 W:33,6 B:8,3 Bt:12,8	MIGDAŁY W PŁATKACH, Nasiona chia, Mleko kokosowe, Woda, Miód pszczeli, Winogrona, Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy) Alergeny: 8. orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland i produkty pochodne 520,9kcal T:35,5 W:33,6 B:8,3 Bt:12,8	MIGDAŁY W PŁATKACH, Nasiona chia, Mleko kokosowe, Woda, Miód pszczeli, Winogrona, Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy) Alergeny: 8. orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland i produkty pochodne 625,1kcal T:42,6 W:40,4 B:10,0 Bt:15,4
Śniadanie Bananowy budyń jaglany z malinami i gorzką czekoladą	CZEKOLADA GORZKA ((miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Maliny, Kasza jaglana, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Banan, Mleko kokosowe, Miód pszczeli Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 353,7kcal T:10,4 W:58,6 B:8,6 Bt:4,6	CZEKOLADA GORZKA ((miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Maliny, Kasza jaglana, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Banan, Mleko kokosowe, Miód pszczeli Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 495,2kcal T:14,6 W:82,1 B:12,0 Bt:6,4	CZEKOLADA GORZKA ((miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Maliny, Kasza jaglana, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Banan, Mleko kokosowe, Miód pszczeli Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 495,2kcal T:14,6 W:82,1 B:12,0 Bt:6,4	CZEKOLADA GORZKA ((miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Maliny, Kasza jaglana, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Banan, Mleko kokosowe, Miód pszczeli Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 646,2kcal T:19,0 W:107,1 B:15,7 Bt:8,4
Drugie śniadanie Koktajl BeetMyCheery	Burak, Wiśnie bez pestek, mrożone, Banan, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczeli, Woda Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 207,7kcal T:2,8 W:39,5 B:7,2 Bt:2,6	Burak, Wiśnie bez pestek, mrożone, Banan, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczeli, Woda Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 207,7kcal T:2,8 W:39,5 B:7,2 Bt:2,6	Burak, Wiśnie bez pestek, mrożone, Banan, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczeli, Woda Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 301,1kcal T:4,1 W:57,3 B:10,4 Bt:3,8	Burak, Wiśnie bez pestek, mrożone, Banan, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczeli, Woda Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 301,1kcal T:4,1 W:57,3 B:10,4 Bt:3,8

<p>Drugie śniadanie Sałatka owocowa z mieszanką orzechową</p>	<p>Melon, MIGDAŁY W PŁATKACH, Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy), ORZECHY ARACHIDOWE, ORZECHY WŁOSKIE, Pomarańcza, Winogrona</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 8. orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland i produkty pochodne</p> <p>201,0kcal T:8,5 W:27,8 B:4,8 Bt:3,6</p>	<p>Melon, MIGDAŁY W PŁATKACH, Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy), ORZECHY ARACHIDOWE, ORZECHY WŁOSKIE, Pomarańcza, Winogrona</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 8. orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland i produkty pochodne</p> <p>201,0kcal T:8,5 W:27,8 B:4,8 Bt:3,6</p>	<p>Melon, MIGDAŁY W PŁATKACH, Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy), ORZECHY ARACHIDOWE, ORZECHY WŁOSKIE, Pomarańcza, Winogrona</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 8. orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland i produkty pochodne</p> <p>301,5kcal T:12,7 W:41,8 B:7,2 Bt:5,5</p>	<p>Melon, MIGDAŁY W PŁATKACH, Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy), ORZECHY ARACHIDOWE, ORZECHY WŁOSKIE, Pomarańcza, Winogrona</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 8. orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland i produkty pochodne</p> <p>301,5kcal T:12,7 W:41,8 B:7,2 Bt:5,5</p>
<p>Drugie śniadanie Sałatka grecka</p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Ogórek, Oliwki czarne, Pomidor, Oliwa z oliwek, Ocet jabłkowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli, Woda</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p>191,4kcal T:14,1 W:8,5 B:6,6 Bt:1,4</p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Ogórek, Oliwki czarne, Pomidor, Oliwa z oliwek, Ocet jabłkowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli, Woda</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p>191,4kcal T:14,1 W:8,5 B:6,6 Bt:1,4</p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Ogórek, Oliwki czarne, Pomidor, Oliwa z oliwek, Ocet jabłkowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli, Woda</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p>319,0kcal T:23,5 W:14,2 B:11,1 Bt:2,3</p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Ogórek, Oliwki czarne, Pomidor, Oliwa z oliwek, Ocet jabłkowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli, Woda</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p>319,0kcal T:23,5 W:14,2 B:11,1 Bt:2,3</p>
<p>Drugie śniadanie Krupnik</p>	<p>Bulion warzywny, Marchew, Pietruszka, korzeń, Cebula, Ziemiaki, KASZA JĘCZMIENNA, PERŁOWA, Pietruszka, liście, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%)</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>202,1kcal T:4,1 W:38,1 B:4,1 Bt:4,4</p>	<p>Bulion warzywny, Marchew, Pietruszka, korzeń, Cebula, Ziemiaki, KASZA JĘCZMIENNA, PERŁOWA, Pietruszka, liście, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%)</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>202,1kcal T:4,1 W:38,1 B:4,1 Bt:4,4</p>	<p>Bulion warzywny, Marchew, Pietruszka, korzeń, Cebula, Ziemiaki, KASZA JĘCZMIENNA, PERŁOWA, Pietruszka, liście, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%)</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>310,4kcal T:6,3 W:58,6 B:6,3 Bt:6,8</p>	<p>Bulion warzywny, Marchew, Pietruszka, korzeń, Cebula, Ziemiaki, KASZA JĘCZMIENNA, PERŁOWA, Pietruszka, liście, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%)</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>310,4kcal T:6,3 W:58,6 B:6,3 Bt:6,8</p>
<p>Obiad Poledwiczki w sosie własnym z ziemniaczkami i colesławem z czerwonej kapusty z żurawiną</p>	<p>Kapusta czerwona, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAŁ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Żurawina suszona, Poledwica wieprzowa (surowa), MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Cebula, Bulion warzywny, SOS SOJOWY (woda, ziarno SOI, PSZENICA, sól), Ziemiaki, młode</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 6. soja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p>473,9kcal T:18,1 W:35,0 B:41,9 Bt:4,2</p>	<p>Kapusta czerwona, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAŁ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Żurawina suszona, Poledwica wieprzowa (surowa), MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Cebula, Bulion warzywny, SOS SOJOWY (woda, ziarno SOI, PSZENICA, sól), Ziemiaki, młode</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 6. soja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p>647,5kcal T:24,1 W:46,4 B:59,4 Bt:5,1</p>	<p>Kapusta czerwona, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAŁ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Żurawina suszona, Poledwica wieprzowa (surowa), MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Cebula, Bulion warzywny, SOS SOJOWY (woda, ziarno SOI, PSZENICA, sól), Ziemiaki, młode</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 6. soja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p>741kcal T:27,4 W:66,6 B:68,9 Bt:5,6</p>	<p>Kapusta czerwona, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAŁ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Żurawina suszona, Poledwica wieprzowa (surowa), MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Cebula, Bulion warzywny, SOS SOJOWY (woda, ziarno SOI, PSZENICA, sól), Ziemiaki, młode</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 6. soja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p>954,6kcal T:34,8 W:66,6 B:90,5 Bt:6,8</p>
<p>Obiad Kurczak limonkowy z tymiankiem z kaszą bulgur i fasolką szparagową z czarnuszką</p>	<p>Kasza jaglana, Fasolka szparagowa, Pietruszka, liście, Czarnuszka, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Tymianek (świeży), Miód pszczeli, Czosnek, Sok z limonki, Oliwa z oliwek, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>453,5kcal T:11,1 W:46,0 B:45,2 Bt:6,7</p>	<p>Kasza jaglana, Fasolka szparagowa, Pietruszka, liście, Czarnuszka, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Tymianek (świeży), Miód pszczeli, Czosnek, Sok z limonki, Oliwa z oliwek, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>651,2kcal T:16,0 W:64,0 B:65,9 Bt:7,7</p>	<p>Kasza jaglana, Fasolka szparagowa, Pietruszka, liście, Czarnuszka, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Tymianek (świeży), Miód pszczeli, Czosnek, Sok z limonki, Oliwa z oliwek, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>720,8kcal T:16,6 W:78,3 B:68,0 Bt:8,3</p>	<p>Kasza jaglana, Fasolka szparagowa, Pietruszka, liście, Czarnuszka, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Tymianek (świeży), Miód pszczeli, Czosnek, Sok z limonki, Oliwa z oliwek, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>926,1kcal T:21,8 W:96,4 B:89,7 Bt:9,2</p>

<p>Obiad Marokański tagine z dorszem, morelami i bakłażanem podany z brązowym ryżem</p>	<p>Ryż brązowy, Bakłażan, Cukinia, Papryka czerwona, Pomidory z puszkii (krojone), Oliwa z oliwek, Morele, suszone, Cebula, Czosnek, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY</p> <p>Alergeny: 4. ryby i produkty pochodne</p> <p>482,6kcal T:17,4 W:55,9 B:27,1 Bt:9,6</p>	<p>Ryż brązowy, Bakłażan, Cukinia, Papryka czerwona, Pomidory z puszkii (krojone), Oliwa z oliwek, Morele, suszone, Cebula, Czosnek, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY</p> <p>Alergeny: 4. ryby i produkty pochodne</p> <p>648kcal T:22,4 W:78,4 B:35,4 Bt:13,0</p>	<p>Ryż brązowy, Bakłażan, Cukinia, Papryka czerwona, Pomidory z puszkii (krojone), Oliwa z oliwek, Morele, suszone, Cebula, Czosnek, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY</p> <p>Alergeny: 4. ryby i produkty pochodne</p> <p>715kcal T:22,8 W:93,8 B:36,8 Bt:14,8</p>	<p>Ryż brązowy, Bakłażan, Cukinia, Papryka czerwona, Pomidory z puszkii (krojone), Oliwa z oliwek, Morele, suszone, Cebula, Czosnek, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY</p> <p>Alergeny: 4. ryby i produkty pochodne</p> <p>969,7kcal T:32,2 W:122,8 B:51,3 Bt:19,8</p>
<p>Obiad Szpinakowa zapiekanka ziemniaczana z soczewicą</p>	<p>Szpinak, mrożony, Ziemniaki, Oliwa z oliwek, Cebula, Czosnek, Masa JAŁECZNA, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Soczewica czerwona, nasiona suche, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Szczypiorek, Miks sałat (lodowa,fryzjerska,rzymska, cykoria), Pomidor, Papryka zielona</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>467,8kcal T:20,3 W:49,6 B:24,9 Bt:7,2</p>	<p>Szpinak, mrożony, Ziemniaki, Oliwa z oliwek, Cebula, Czosnek, Masa JAŁECZNA, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Soczewica czerwona, nasiona suche, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Szczypiorek, Miks sałat (lodowa,fryzjerska,rzymska, cykoria), Pomidor, Papryka zielona</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>681,2kcal T:29,8 W:71,6 B:36,3 Bt:10,0</p>	<p>Szpinak, mrożony, Ziemniaki, Oliwa z oliwek, Cebula, Czosnek, Masa JAŁECZNA, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Soczewica czerwona, nasiona suche, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Szczypiorek, Miks sałat (lodowa,fryzjerska,rzymska, cykoria), Pomidor, Papryka zielona</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>734,6kcal T:32,2 W:77,1 B:39,2 Bt:10,8</p>	<p>Szpinak, mrożony, Ziemniaki, Oliwa z oliwek, Cebula, Czosnek, Masa JAŁECZNA, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Soczewica czerwona, nasiona suche, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Szczypiorek, Miks sałat (lodowa,fryzjerska,rzymska, cykoria), Pomidor, Papryka zielona</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>974,6kcal T:42,8 W:101,8 B:52,0 Bt:14,0</p>
<p>Podwieczorek Ciasto Truskaweczka</p>	<p>CIASTO TRUSKAWECZKA (ŚMIETANA 30%, JAJA, cukier, mąka PSZENNA, woda, proszek do pieczenia, mus truskawkowy, agar, kawałki truskawek, 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 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>204,1kcal T:9,3 W:26 B:3,9 Bt:0,2</p>	<p>CIASTO TRUSKAWECZKA (ŚMIETANA 30%, JAJA, cukier, mąka PSZENNA, woda, proszek do pieczenia, mus truskawkowy, agar, kawałki truskawek, 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 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>204,1kcal T:9,3 W:26 B:3,9 Bt:0,2</p>	<p>CIASTO TRUSKAWECZKA (ŚMIETANA 30%, JAJA, cukier, mąka PSZENNA, woda, proszek do pieczenia, mus truskawkowy, agar, kawałki truskawek, 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 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>314kcal T:14,4 W:40 B:6 Bt:0,4</p>	<p>CIASTO TRUSKAWECZKA (ŚMIETANA 30%, JAJA, cukier, mąka PSZENNA, woda, proszek do pieczenia, mus truskawkowy, agar, kawałki truskawek, 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 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>314kcal T:14,4 W:40 B:6 Bt:0,4</p>
<p>Podwieczorek Koktajl maślankowy z gruszką i siemieniem lnianym</p>	<p>Gruszka, Miód pszczeli, MAŚLANKA 0,5% TŁUSZCZU (MAŚLANKA, MLEKO, żywe kultury bakterii mlekowych), Len, nasiona</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>208,7kcal T:3,6 W:36,1 B:9,4 Bt:3,5</p>	<p>Gruszka, Miód pszczeli, MAŚLANKA 0,5% TŁUSZCZU (MAŚLANKA, MLEKO, żywe kultury bakterii mlekowych), Len, nasiona</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>208,7kcal T:3,6 W:36,1 B:9,4 Bt:3,5</p>	<p>Gruszka, Miód pszczeli, MAŚLANKA 0,5% TŁUSZCZU (MAŚLANKA, MLEKO, żywe kultury bakterii mlekowych), Len, nasiona</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>302,7kcal T:5,3 W:52,4 B:13,6 Bt:5,1</p>	<p>Gruszka, Miód pszczeli, MAŚLANKA 0,5% TŁUSZCZU (MAŚLANKA, MLEKO, żywe kultury bakterii mlekowych), Len, nasiona</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>302,7kcal T:5,3 W:52,4 B:13,6 Bt:5,1</p>
<p>Podwieczorek Sałatka z cheddarem, chorizo i kolorową papryką</p>	<p>Miks sałat (lodowa,fryzjerska,rzymska, cykoria), SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Papryka zielona, Papryka czerwona, Chorizo (mięso wieprzowe, sól, papryka, pieprz cayenne, syrop glukozowy, cukier, przyprawy, naturalne ostonki wieprzowe), Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Sok cytrynowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Woda</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p>222,0kcal T:16,4 W:9,0 B:9,8 Bt:1,7</p>	<p>Miks sałat (lodowa,fryzjerska,rzymska, cykoria), SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Papryka zielona, Papryka czerwona, Chorizo (mięso wieprzowe, sól, papryka, pieprz cayenne, syrop glukozowy, cukier, przyprawy, naturalne ostonki wieprzowe), Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Sok cytrynowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Woda</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p>222,0kcal T:16,4 W:9,0 B:9,8 Bt:1,7</p>	<p>Miks sałat (lodowa,fryzjerska,rzymska, cykoria), SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Papryka zielona, Papryka czerwona, Chorizo (mięso wieprzowe, sól, papryka, pieprz cayenne, syrop glukozowy, cukier, przyprawy, naturalne ostonki wieprzowe), Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Sok cytrynowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Woda</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p>325,6kcal T:24,1 W:13,2 B:14,5 Bt:2,6</p>	<p>Miks sałat (lodowa,fryzjerska,rzymska, cykoria), SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Papryka zielona, Papryka czerwona, Chorizo (mięso wieprzowe, sól, papryka, pieprz cayenne, syrop glukozowy, cukier, przyprawy, naturalne ostonki wieprzowe), Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Sok cytrynowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Woda</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p>325,6kcal T:24,1 W:13,2 B:14,5 Bt:2,6</p>

<p>Podwieczorek Słupki warzywne z sosem bazyliowym</p>	<p>Marchew, SELER KORZENIOWY, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Bazylia świeża, Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne</p> <p>202,0kcal T:12,0 W:18,8 B:7,4 Bt:5,6</p>	<p>Marchew, SELER KORZENIOWY, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Bazylia świeża, Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne</p> <p>202,0kcal T:12,0 W:18,8 B:7,4 Bt:5,6</p>	<p>Marchew, SELER KORZENIOWY, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Bazylia świeża, Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne</p> <p>310,8kcal T:18,5 W:28,9 B:11,5 Bt:8,6</p>	<p>Marchew, SELER KORZENIOWY, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Bazylia świeża, Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne</p> <p>310,8kcal T:18,5 W:28,9 B:11,5 Bt:8,6</p>
<p>Kolacja Pieczone ziemniaki z pesto i szynką długodojrzewającą</p>	<p>Ziemniaki, Fasolka szparagowa, mrożona, Pomidor, Szynka długodojrzewająca (plastry) (mięso wieprzowe, sól, glukoza, imbir, pieprz, czosnek, ekstrakt przypraw, bakterie kwasu mlekowego), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Pesto zielone z bazylii (bazylija, olej rzepakowy, słonecznik, czosnek)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>311,6kcal T:11,5 W:35,5 B:18,2 Bt:4,3</p>	<p>Ziemniaki, Fasolka szparagowa, mrożona, Pomidor, Szynka długodojrzewająca (plastry) (mięso wieprzowe, sól, glukoza, imbir, pieprz, czosnek, ekstrakt przypraw, bakterie kwasu mlekowego), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Pesto zielone z bazylii (bazylija, olej rzepakowy, słonecznik, czosnek)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>522,8kcal T:19,4 W:59,5 B:30,6 Bt:7,2</p>	<p>Ziemniaki, Fasolka szparagowa, mrożona, Pomidor, Szynka długodojrzewająca (plastry) (mięso wieprzowe, sól, glukoza, imbir, pieprz, czosnek, ekstrakt przypraw, bakterie kwasu mlekowego), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Pesto zielone z bazylii (bazylija, olej rzepakowy, słonecznik, czosnek)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>673,6kcal T:25,0 W:76,7 B:39,4 Bt:9,3</p>	<p>Ziemniaki, Fasolka szparagowa, mrożona, Pomidor, Szynka długodojrzewająca (plastry) (mięso wieprzowe, sól, glukoza, imbir, pieprz, czosnek, ekstrakt przypraw, bakterie kwasu mlekowego), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Pesto zielone z bazylii (bazylija, olej rzepakowy, słonecznik, czosnek)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>744,0kcal T:27,6 W:84,3 B:43,5 Bt:10,3</p>
<p>Kolacja Wrap z warzywną pastą jajeczną z kolorową papryką i szczypiorkiem</p>	<p>TORTILLA PSZENNA (mąka PSZENNA, woda, olej rzepakowy, stabilizatory: glicerol, guma guar, gluten PSZENNY, sól, glukoza, regulator kwasowości: kwas jabłkowy), JAJA GOTOWANE, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Papryka czerwona, Papryka zielona, 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 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p>303,1kcal T:14,9 W:33,1 B:11,0 Bt:1,9</p>	<p>TORTILLA PSZENNA (mąka PSZENNA, woda, olej rzepakowy, stabilizatory: glicerol, guma guar, gluten PSZENNY, sól, glukoza, regulator kwasowości: kwas jabłkowy), JAJA GOTOWANE, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Papryka czerwona, Papryka zielona, 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 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p>517,1kcal T:27,6 W:50,6 B:19,6 Bt:3,2</p>	<p>TORTILLA PSZENNA (mąka PSZENNA, woda, olej rzepakowy, stabilizatory: glicerol, guma guar, gluten PSZENNY, sól, glukoza, regulator kwasowości: kwas jabłkowy), JAJA GOTOWANE, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Papryka czerwona, Papryka zielona, 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 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p>642,0kcal T:38,1 W:52,4 B:25,9 Bt:3,8</p>	<p>TORTILLA PSZENNA (mąka PSZENNA, woda, olej rzepakowy, stabilizatory: glicerol, guma guar, gluten PSZENNY, sól, glukoza, regulator kwasowości: kwas jabłkowy), JAJA GOTOWANE, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Papryka czerwona, Papryka zielona, 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 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p>756,1kcal T:42,4 W:68,4 B:29,5 Bt:4,6</p>
<p>Kolacja Pieczeń drobiowa z marchewką z sosem czosnkowym i sałatką</p>	<p>Cebula, Marchew, Czosnek, Marchew, Oliwa z oliwek, BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Czosnek, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czosnek, Sałata, Ogórek</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>339,0kcal T:18,6 W:20,8 B:24,2 Bt:3,9</p>	<p>Cebula, Marchew, Czosnek, Marchew, Oliwa z oliwek, BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Czosnek, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czosnek, Sałata, Ogórek</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>508,5kcal T:28,1 W:30,5 B:36,4 Bt:5,7</p>	<p>Cebula, Marchew, Czosnek, Marchew, Oliwa z oliwek, BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Czosnek, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czosnek, Sałata, Ogórek</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>630,9kcal T:35,0 W:37,5 B:45,2 Bt:7,0</p>	<p>Cebula, Marchew, Czosnek, Marchew, Oliwa z oliwek, BUŁKA TARTA (mąka PSZENNA, woda, sól, drożdże), Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Czosnek, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czosnek, Sałata, Ogórek</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>762,7kcal T:42,4 W:45,1 B:54,6 Bt:8,4</p>
<p>Kolacja Pierogi ukraińskie z cebulką i surówką z marchewki</p>	<p>Pierogi ruskie (Mąka PSZENNA, ziemniaki, woda, SER TWAROGOWY, cebula, sól, masa JAJOWA, olej rzepakowy, przyprawy), Marchew, Jabłko, SMIETANA, 18% tłuszczu (SMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego)</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>334,3kcal T:2,7 W:67,0 B:13,4 Bt:2,5</p>	<p>Pierogi ruskie (Mąka PSZENNA, ziemniaki, woda, SER TWAROGOWY, cebula, sól, masa JAJOWA, olej rzepakowy, przyprawy), Marchew, Jabłko, SMIETANA, 18% tłuszczu (SMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego)</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>501,5kcal T:3,6 W:100,6 B:20,5 Bt:2,5</p>	<p>Pierogi ruskie (Mąka PSZENNA, ziemniaki, woda, SER TWAROGOWY, cebula, sól, masa JAJOWA, olej rzepakowy, przyprawy), Marchew, Jabłko, SMIETANA, 18% tłuszczu (SMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego)</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>676,7kcal T:4,6 W:135,7 B:28,0 Bt:2,5</p>	<p>Pierogi ruskie (Mąka PSZENNA, ziemniaki, woda, SER TWAROGOWY, cebula, sól, masa JAJOWA, olej rzepakowy, przyprawy), Marchew, Jabłko, SMIETANA, 18% tłuszczu (SMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego)</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>786,9kcal T:5,2 W:157,8 B:32,7 Bt:2,5</p>