

Posiłek / potrawa / składniki	1500 kcal - 5 posiłków	2000 kcal - 5 posiłków	2500 kcal - 5 posiłków	3000 kcal - 5 posiłków
<p><b>Śniadanie</b> Twarożek bakaliowy z musli orkiszowym i owocami</p>	<p>SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Rodzynki, suszone, Żurawina suszona, Pomarańcza, Ananas, plasty w syropie, Plątki orkiszowe, Len, nasiona, Cynamon, ORZECHY ARACHIDOWE</p> <p><b>344,8kcal</b> <b>T:11,0 W:42,2 B:21,8 Bł:5,7</b></p>	<p>SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Rodzynki, suszone, Żurawina suszona, Pomarańcza, Ananas, plasty w syropie, Plątki orkiszowe, Len, nasiona, Cynamon, ORZECHY ARACHIDOWE</p> <p><b>492,7kcal</b> <b>T:15,7 W:60,3 B:31,2 Bł:8,1</b></p>	<p>SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Rodzynki, suszone, Żurawina suszona, Pomarańcza, Ananas, plasty w syropie, Plątki orkiszowe, Len, nasiona, Cynamon, ORZECHY ARACHIDOWE</p> <p><b>492,7kcal</b> <b>T:15,7 W:60,3 B:31,2 Bł:8,1</b></p>	<p>SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Rodzynki, suszone, Żurawina suszona, Pomarańcza, Ananas, plasty w syropie, Plątki orkiszowe, Len, nasiona, Cynamon, ORZECHY ARACHIDOWE</p> <p><b>633,4kcal</b> <b>T:20,2 W:77,6 B:40,1 Bł:10,4</b></p>
<p><b>Śniadanie</b> Mini placuszki z waniliowym twarożkiem i truskawkami</p>	<p>Placuszki (woda, mąka PSZENNA, serwatka w proszku (z MLEKA), cukier, olej słonecznikowy, proszek JAJECZNY, sól), Truskawki, mrożone, Cukier, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Miód pszczeli, Ekstrakt waniliowy</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>350,3kcal</b> <b>T:16,7 W:34,7 B:14,0 Bł:1,0</b></p>	<p>Placuszki (woda, mąka PSZENNA, serwatka w proszku (z MLEKA), cukier, olej słonecznikowy, proszek JAJECZNY, sól), Truskawki, mrożone, Cukier, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Miód pszczeli, Ekstrakt waniliowy</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>487,8kcal</b> <b>T:24,3 W:48,7 B:17,1 Bł:1,0</b></p>	<p>Placuszki (woda, mąka PSZENNA, serwatka w proszku (z MLEKA), cukier, olej słonecznikowy, proszek JAJECZNY, sól), Truskawki, mrożone, Cukier, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Miód pszczeli, Ekstrakt waniliowy</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>487,8kcal</b> <b>T:24,3 W:48,7 B:17,1 Bł:1,0</b></p>	<p>Placuszki (woda, mąka PSZENNA, serwatka w proszku (z MLEKA), cukier, olej słonecznikowy, proszek JAJECZNY, sól), Truskawki, mrożone, Cukier, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Miód pszczeli, Ekstrakt waniliowy</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>678,5kcal</b> <b>T:34,2 W:67,9 B:22,9 Bł:1,2</b></p>
<p><b>Śniadanie</b> Sałatka z gotowanym jajkiem i chipsem z boczku</p>	<p>Miks салат (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), Słonecznik, nasiona, łuskane, JAJA KURZE CAŁE, Boczek wędzony bez kości (boczek wieprzowy (94%), sól, białko wieprzowe, glukoza, substancja konserwująca: azotyn sodu), Papryka czerwona, Pomidor, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Ocet jabłkowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Woda</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>398,8kcal</b> <b>T:29,9 W:15,8 B:18,5 Bł:3,8</b></p>	<p>Miks салат (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), Słonecznik, nasiona, łuskane, JAJA KURZE CAŁE, Boczek wędzony bez kości (boczek wieprzowy (94%), sól, białko wieprzowe, glukoza, substancja konserwująca: azotyn sodu), Papryka czerwona, Pomidor, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Ocet jabłkowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Woda</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>461,8kcal</b> <b>T:34,8 W:18,9 B:20,7 Bł:4,5</b></p>	<p>Miks салат (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), Słonecznik, nasiona, łuskane, JAJA KURZE CAŁE, Boczek wędzony bez kości (boczek wieprzowy (94%), sól, białko wieprzowe, glukoza, substancja konserwująca: azotyn sodu), Papryka czerwona, Pomidor, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Ocet jabłkowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Woda</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>461,8kcal</b> <b>T:34,8 W:18,9 B:20,7 Bł:4,5</b></p>	<p>Miks салат (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), Słonecznik, nasiona, łuskane, JAJA KURZE CAŁE, Boczek wędzony bez kości (boczek wieprzowy (94%), sól, białko wieprzowe, glukoza, substancja konserwująca: azotyn sodu), Papryka czerwona, Pomidor, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Ocet jabłkowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Woda</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>671,7kcal</b> <b>T:50,3 W:25,4 B:32,6 Bł:6,0</b></p>
<p><b>Śniadanie</b> Kanapka z pastą jajeczną z fetą</p>	<p>CHLEB ŻYTNI JASNY (mąka ŻYTANIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI), JAJA GOTOWANE, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, 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 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>364,7kcal</b> <b>T:16,5 W:41,3 B:14,1 Bł:3,0</b></p>	<p>CHLEB ŻYTNI JASNY (mąka ŻYTANIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI), JAJA GOTOWANE, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, 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 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>518,4kcal</b> <b>T:22,5 W:61,7 B:19,5 Bł:4,5</b></p>	<p>CHLEB ŻYTNI JASNY (mąka ŻYTANIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI), JAJA GOTOWANE, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, 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 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>518,4kcal</b> <b>T:22,5 W:61,7 B:19,5 Bł:4,5</b></p>	<p>CHLEB ŻYTNI JASNY (mąka ŻYTANIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI), JAJA GOTOWANE, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, 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 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>598,0kcal</b> <b>T:22,3 W:81,8 B:20,4 Bł:6,0</b></p>

<p><b>Drugie śniadanie</b> Zupa brokułowa</p>	<p>Cebula, Brokuly, Marchew, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Oliwa z oliwek, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Ziemniaki, Bulion warzywny, Koper ogrodowy</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>201,1kcal</b> <b>T:11,1 W:21,2 B:5,5 Bt:4,5</b></p>	<p>Cebula, Brokuly, Marchew, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Oliwa z oliwek, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Ziemniaki, Bulion warzywny, Koper ogrodowy</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>201,1kcal</b> <b>T:11,1 W:21,2 B:5,5 Bt:4,5</b></p>	<p>Cebula, Brokuly, Marchew, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Oliwa z oliwek, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Ziemniaki, Bulion warzywny, Koper ogrodowy</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>335,2kcal</b> <b>T:18,5 W:35,4 B:9,2 Bt:7,5</b></p>	<p>Cebula, Brokuly, Marchew, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Oliwa z oliwek, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Ziemniaki, Bulion warzywny, Koper ogrodowy</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>335,2kcal</b> <b>T:18,5 W:35,4 B:9,2 Bt:7,5</b></p>
<p><b>Drugie śniadanie</b> Sałatka z grillowaną cukinią i fetą</p>	<p>Miks салат (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Cukinia, Oliwa z oliwek, Tymianek (świeży), 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</p> <p><b>203,3kcal</b> <b>T:14,9 W:10,2 B:7,7 Bt:2,8</b></p>	<p>Miks салат (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Cukinia, Oliwa z oliwek, Tymianek (świeży), 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</p> <p><b>203,3kcal</b> <b>T:14,9 W:10,2 B:7,7 Bt:2,8</b></p>	<p>Miks салат (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Cukinia, Oliwa z oliwek, Tymianek (świeży), 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</p> <p><b>301,1kcal</b> <b>T:22,1 W:15,2 B:11,4 Bt:4,2</b></p>	<p>Miks салат (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Cukinia, Oliwa z oliwek, Tymianek (świeży), 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</p> <p><b>301,1kcal</b> <b>T:22,1 W:15,2 B:11,4 Bt:4,2</b></p>
<p><b>Drugie śniadanie</b> Koktajl musli ze śliwkami i rodzynkami</p>	<p>MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Śliwki bez pestek, mrożone, Płatki owsiane, Rodzynki, suszone, Woda, Odżywka białkowa</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>228,5kcal</b> <b>T:3,6 W:30,1 B:20,0 Bt:2,3</b></p>	<p>MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Śliwki bez pestek, mrożone, Płatki owsiane, Rodzynki, suszone, Woda, Odżywka białkowa</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>228,5kcal</b> <b>T:3,6 W:30,1 B:20,0 Bt:2,3</b></p>	<p>MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Śliwki bez pestek, mrożone, Płatki owsiane, Rodzynki, suszone, Woda, Odżywka białkowa</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>331,4kcal</b> <b>T:5,2 W:43,7 B:29,0 Bt:3,3</b></p>	<p>MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Śliwki bez pestek, mrożone, Płatki owsiane, Rodzynki, suszone, Woda, Odżywka białkowa</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>331,4kcal</b> <b>T:5,2 W:43,7 B:29,0 Bt:3,3</b></p>
<p><b>Drugie śniadanie</b> Ciasto kawowe z mascarpone</p>	<p>CIASTO KAWOWE Z MASCARPONE (mąka PSZENNA, ŚMIETANA 30%, JAJA, MASCARPONE, kawa rozpuszczalna, kakao, proszek do pieczenia, cukier)</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>220,8kcal</b> <b>T:8,6 W:22,8 B:3,6</b></p>	<p>CIASTO KAWOWE Z MASCARPONE (mąka PSZENNA, ŚMIETANA 30%, JAJA, MASCARPONE, kawa rozpuszczalna, kakao, proszek do pieczenia, cukier)</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>220,8kcal</b> <b>T:8,6 W:22,8 B:3,6</b></p>	<p>CIASTO KAWOWE Z MASCARPONE (mąka PSZENNA, ŚMIETANA 30%, JAJA, MASCARPONE, kawa rozpuszczalna, kakao, proszek do pieczenia, cukier)</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>320,1kcal</b> <b>T:12,5 W:33,0 B:5,2</b></p>	<p>CIASTO KAWOWE Z MASCARPONE (mąka PSZENNA, ŚMIETANA 30%, JAJA, MASCARPONE, kawa rozpuszczalna, kakao, proszek do pieczenia, cukier)</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>320,1kcal</b> <b>T:12,5 W:33,0 B:5,2</b></p>
<p><b>Obiad</b> Wolno gotowana wieprzowina z pieczonymi warzywami i chlebkiem pita</p>	<p>CHLEB PITA (mąka PSZENNA, woda, drożdże, sól jodowana, cukier, olej roślinny, kwas L-askorbinowy), Wieprzowina, łopatką, Bulion warzywny, SOS SOJOWY (woda, ziarno SOI, PSZENICA, sól), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Marchew, Papryka czerwona, Cukinia, Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 6. soja i produkty pochodne</p> <p><b>489,9kcal</b> <b>T:23,5 W:27,7 B:42,5 Bt:2,3</b></p>	<p>CHLEB PITA (mąka PSZENNA, woda, drożdże, sól jodowana, cukier, olej roślinny, kwas L-askorbinowy), Wieprzowina, łopatką, Bulion warzywny, SOS SOJOWY (woda, ziarno SOI, PSZENICA, sól), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Marchew, Papryka czerwona, Cukinia, Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 6. soja i produkty pochodne</p> <p><b>670kcal</b> <b>T:31,4 W:40,3 B:57,2 Bt:3,1</b></p>	<p>CHLEB PITA (mąka PSZENNA, woda, drożdże, sól jodowana, cukier, olej roślinny, kwas L-askorbinowy), Wieprzowina, łopatką, Bulion warzywny, SOS SOJOWY (woda, ziarno SOI, PSZENICA, sól), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Marchew, Papryka czerwona, Cukinia, Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 6. soja i produkty pochodne</p> <p><b>720,2kcal</b> <b>T:31,7 W:50,3 B:58,8 Bt:3,1</b></p>	<p>CHLEB PITA (mąka PSZENNA, woda, drożdże, sól jodowana, cukier, olej roślinny, kwas L-askorbinowy), Wieprzowina, łopatką, Bulion warzywny, SOS SOJOWY (woda, ziarno SOI, PSZENICA, sól), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Marchew, Papryka czerwona, Cukinia, Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 6. soja i produkty pochodne</p> <p><b>965,1kcal</b> <b>T:43,4 W:64,2 B:80,0 Bt:4,2</b></p>

<p><b>Obiad</b> Lasagne szpinakowa z soczewicą, suszonymi pomidorami i mozzarellą</p>	<p>Cebula, mrożona, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Szpinak, mrożony, MAKARON LASAGNE (mąka z PSZENICY durum, woda), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Soczewica zielona, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanika ziół), MASŁO EKSTRA (tuszcz MLECZNY 83%), MAKA PSZENNNA, TYP 550, Oliwa z oliwek, Czosnek, Kapusta biała, Marchew, Papryka zielona, 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><b>448,1kcal</b> <b>T:17,1 W:55,6 B:18,7 Bł:7,3</b></p>	<p>Cebula, mrożona, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Szpinak, mrożony, MAKARON LASAGNE (mąka z PSZENICY durum, woda), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Soczewica zielona, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanika ziół), MASŁO EKSTRA (tuszcz MLECZNY 83%), MAKA PSZENNNA, TYP 550, Oliwa z oliwek, Czosnek, Kapusta biała, Marchew, Papryka zielona, 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><b>619,3kcal</b> <b>T:23,1 W:77,3 B:26,3 Bł:9,7</b></p>	<p>Cebula, mrożona, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Szpinak, mrożony, MAKARON LASAGNE (mąka z PSZENICY durum, woda), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Soczewica zielona, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanika ziół), MASŁO EKSTRA (tuszcz MLECZNY 83%), MAKA PSZENNNA, TYP 550, Oliwa z oliwek, Czosnek, Kapusta biała, Marchew, Papryka zielona, 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><b>761,9kcal</b> <b>T:28,1 W:95,3 B:32,6 Bł:11,6</b></p>	<p>Cebula, mrożona, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Szpinak, mrożony, MAKARON LASAGNE (mąka z PSZENICY durum, woda), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Soczewica zielona, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanika ziół), MASŁO EKSTRA (tuszcz MLECZNY 83%), MAKA PSZENNNA, TYP 550, Oliwa z oliwek, Czosnek, Kapusta biała, Marchew, Papryka zielona, 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><b>961,5kcal</b> <b>T:35,1 W:120,6 B:41,5 Bł:14,3</b></p>
<p><b>Obiad</b> Potrawka drobiowa z marchewką i groszkiem z kaszą perłową</p>	<p>KASZA JECZMIENNA, PERŁOWA, Pietruszka, liście, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Marchew z groszkiem, mrożona, MASŁO EKSTRA (tuszcz MLECZNY 83%), MAKA PSZENNNA, TYP 550, 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</p> <p><b>435,3kcal</b> <b>T:12,8 W:42,9 B:38,8 Bł:5,1</b></p>	<p>KASZA JECZMIENNA, PERŁOWA, Pietruszka, liście, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Marchew z groszkiem, mrożona, MASŁO EKSTRA (tuszcz MLECZNY 83%), MAKA PSZENNNA, TYP 550, 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</p> <p><b>625,9kcal</b> <b>T:18,2 W:63,3 B:55,1 Bł:7,4</b></p>	<p>KASZA JECZMIENNA, PERŁOWA, Pietruszka, liście, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Marchew z groszkiem, mrożona, MASŁO EKSTRA (tuszcz MLECZNY 83%), MAKA PSZENNNA, TYP 550, 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</p> <p><b>847,4kcal</b> <b>T:24,8 W:84,9 B:75,0 Bł:10,1</b></p>	<p>KASZA JECZMIENNA, PERŁOWA, Pietruszka, liście, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Marchew z groszkiem, mrożona, MASŁO EKSTRA (tuszcz MLECZNY 83%), MAKA PSZENNNA, TYP 550, 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</p> <p><b>991,7kcal</b> <b>T:28,3 W:103,3 B:85,6 Bł:12,0</b></p>
<p><b>Obiad</b> Kotlety ziemniaczane z sosem pieczarkowym z surówką z marchewki z kukurydzą</p>	<p>Marchew, Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), BUŁKA TARTA (mąka PSZENNNA, woda, sól, drożdże), Cebula, Czosnek, Masa JAJECZNA, Koper ogrodowy, Ziemniaki, Pietruszka, liście, Szczypiorek, Cebula, Czosnek, Pieczarka uprawna, mrożona, Pietruszka, liście, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA)</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>434,1kcal</b> <b>T:24,9 W:45,6 B:10,2 Bł:7,2</b></p>	<p>Marchew, Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), BUŁKA TARTA (mąka PSZENNNA, woda, sól, drożdże), Cebula, Czosnek, Masa JAJECZNA, Koper ogrodowy, Ziemniaki, Pietruszka, liście, Szczypiorek, Cebula, Czosnek, Pieczarka uprawna, mrożona, Pietruszka, liście, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA)</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>588,1kcal</b> <b>T:31,6 W:65,6 B:15,0 Bł:9,8</b></p>	<p>Marchew, Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), BUŁKA TARTA (mąka PSZENNNA, woda, sól, drożdże), Cebula, Czosnek, Masa JAJECZNA, Koper ogrodowy, Ziemniaki, Pietruszka, liście, Szczypiorek, Cebula, Czosnek, Pieczarka uprawna, mrożona, Pietruszka, liście, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA)</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>649,8kcal</b> <b>T:34,3 W:73,6 B:16,9 Bł:10,8</b></p>	<p>Marchew, Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), BUŁKA TARTA (mąka PSZENNNA, woda, sól, drożdże), Cebula, Czosnek, Masa JAJECZNA, Koper ogrodowy, Ziemniaki, Pietruszka, liście, Szczypiorek, Cebula, Czosnek, Pieczarka uprawna, mrożona, Pietruszka, liście, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA)</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>1 060,6kcal</b> <b>T:52,0 W:126,8 B:29,7 Bł:17,7</b></p>
<p><b>Podwieczorek</b> Sałatka z mozzarellą i suszonymi pomidorami</p>	<p>SER MOZZARELLA (minikulki) (MLEKO krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanika ziół), Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymśka, cykorią), Słonecznik, nasiona, luskane, Pomidor, Oliwa z oliwek, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Sok cytrynowy, Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>202,5kcal</b> <b>T:11,6 W:14,5 B:10,5 Bł:3,2</b></p>	<p>SER MOZZARELLA (minikulki) (MLEKO krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanika ziół), Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymśka, cykorią), Słonecznik, nasiona, luskane, Pomidor, Oliwa z oliwek, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Sok cytrynowy, Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>202,5kcal</b> <b>T:11,6 W:14,5 B:10,5 Bł:3,2</b></p>	<p>SER MOZZARELLA (minikulki) (MLEKO krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanika ziół), Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymśka, cykorią), Słonecznik, nasiona, luskane, Pomidor, Oliwa z oliwek, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Sok cytrynowy, Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>331,4kcal</b> <b>T:19,0 W:23,8 B:17,2 Bł:5,2</b></p>	<p>SER MOZZARELLA (minikulki) (MLEKO krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanika ziół), Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymśka, cykorią), Słonecznik, nasiona, luskane, Pomidor, Oliwa z oliwek, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Sok cytrynowy, Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>331,4kcal</b> <b>T:19,0 W:23,8 B:17,2 Bł:5,2</b></p>

<p><b>Podwieczorek</b> Smoothie truskawkowo-rabarbarowe</p>	<p>Truskawki, mrożone, Banan, Miód pszczeli, Rabarbar, Banan</p> <p><b>202,8kcal</b> <b>T:3,5 W:36,9 B:7,7 Bt:3,5</b></p>	<p>Truskawki, mrożone, Banan, Miód pszczeli, Rabarbar, Banan</p> <p><b>202,8kcal</b> <b>T:3,5 W:36,9 B:7,7 Bt:3,5</b></p>	<p>Truskawki, mrożone, Banan, Miód pszczeli, Rabarbar, Banan</p> <p><b>294,0kcal</b> <b>T:5,0 W:53,5 B:11,2 Bt:5,1</b></p>	<p>Truskawki, mrożone, Banan, Miód pszczeli, Rabarbar, Banan</p> <p><b>294,0kcal</b> <b>T:5,0 W:53,5 B:11,2 Bt:5,1</b></p>
<p><b>Podwieczorek</b> Zupa Tom-Yum z makaronem ryżowym i kolendrą</p>	<p>Makaron ryżowy (mąka ryżowa, woda), Mleko kokosowe, Mieszanka warzywna chińska (kielki fasoli Mung, czerwona papryka, czerwona cebula, grzyby Mung, pędy bambusa, marchew, por, cebula), Woda, Passata pomidorowa (przecier), Cebula czerwona, Grzyby shitake, Sok z limonki, Kolendra (liście), Czosnek, Olej kokosowy</p> <p><b>225,7kcal</b> <b>T:14,3 W:19,6 B:4,2 Bt:2,9</b></p>	<p>Makaron ryżowy (mąka ryżowa, woda), Mleko kokosowe, Mieszanka warzywna chińska (kielki fasoli Mung, czerwona papryka, czerwona cebula, grzyby Mung, pędy bambusa, marchew, por, cebula), Woda, Passata pomidorowa (przecier), Cebula czerwona, Grzyby shitake, Sok z limonki, Kolendra (liście), Czosnek, Olej kokosowy</p> <p><b>225,7kcal</b> <b>T:14,3 W:19,6 B:4,2 Bt:2,9</b></p>	<p>Makaron ryżowy (mąka ryżowa, woda), Mleko kokosowe, Mieszanka warzywna chińska (kielki fasoli Mung, czerwona papryka, czerwona cebula, grzyby Mung, pędy bambusa, marchew, por, cebula), Woda, Passata pomidorowa (przecier), Cebula czerwona, Grzyby shitake, Sok z limonki, Kolendra (liście), Czosnek, Olej kokosowy</p> <p><b>338,6kcal</b> <b>T:21,4 W:29,4 B:6,3 Bt:4,4</b></p>	<p>Makaron ryżowy (mąka ryżowa, woda), Mleko kokosowe, Mieszanka warzywna chińska (kielki fasoli Mung, czerwona papryka, czerwona cebula, grzyby Mung, pędy bambusa, marchew, por, cebula), Woda, Passata pomidorowa (przecier), Cebula czerwona, Grzyby shitake, Sok z limonki, Kolendra (liście), Czosnek, Olej kokosowy</p> <p><b>338,6kcal</b> <b>T:21,4 W:29,4 B:6,3 Bt:4,4</b></p>
<p><b>Podwieczorek</b> Kasza pęczak z brokułem i suszonymi pomidorami</p>	<p>SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Brokuły, KASZA JĘCZMIENNA, PĘCZAK, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Oliwa z oliwek, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Sok cytrynowy, Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>196,9kcal</b> <b>T:9,1 W:24,3 B:5,4 Bt:2,9</b></p>	<p>SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Brokuły, KASZA JĘCZMIENNA, PĘCZAK, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Oliwa z oliwek, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Sok cytrynowy, Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>196,9kcal</b> <b>T:9,1 W:24,3 B:5,4 Bt:2,9</b></p>	<p>SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Brokuły, KASZA JĘCZMIENNA, PĘCZAK, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Oliwa z oliwek, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Sok cytrynowy, Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>309,5kcal</b> <b>T:14,2 W:38,3 B:8,6 Bt:4,6</b></p>	<p>SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Brokuły, KASZA JĘCZMIENNA, PĘCZAK, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Oliwa z oliwek, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Sok cytrynowy, Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>309,5kcal</b> <b>T:14,2 W:38,3 B:8,6 Bt:4,6</b></p>
<p><b>Kolacja</b> Tajskie burgery z indyka z sosem miętowym i surówką z kapusty pekińskiej</p>	<p>Mięso z piersi indyka, bez skóry, Pietruszka, liście, Imbir świeży, Czosnek, Papryczka ostra chili, Bazylia świeża, SOS SOJOWY (woda, ziarno SOI, PSZENICA, sól), Limonka, 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), Mięta świeża, Cebula czerwona, Czosnek, Kapusta pekińska, Papryka czerwona, Marchew, Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>352,9kcal</b> <b>T:18,8 W:9,6 B:37,6 Bt:2,4</b></p>	<p>Mięso z piersi indyka, bez skóry, Pietruszka, liście, Imbir świeży, Czosnek, Papryczka ostra chili, Bazylia świeża, SOS SOJOWY (woda, ziarno SOI, PSZENICA, sól), Limonka, 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), Mięta świeża, Cebula czerwona, Czosnek, Kapusta pekińska, Papryka czerwona, Marchew, Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>498,5kcal</b> <b>T:25,6 W:12,6 B:56,0 Bt:2,8</b></p>	<p>Mięso z piersi indyka, bez skóry, Pietruszka, liście, Imbir świeży, Czosnek, Papryczka ostra chili, Bazylia świeża, SOS SOJOWY (woda, ziarno SOI, PSZENICA, sól), Limonka, 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), Mięta świeża, Cebula czerwona, Czosnek, Kapusta pekińska, Papryka czerwona, Marchew, Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>644,0kcal</b> <b>T:32,4 W:15,5 B:74,4 Bt:3,3</b></p>	<p>Mięso z piersi indyka, bez skóry, Pietruszka, liście, Imbir świeży, Czosnek, Papryczka ostra chili, Bazylia świeża, SOS SOJOWY (woda, ziarno SOI, PSZENICA, sól), Limonka, 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), Mięta świeża, Cebula czerwona, Czosnek, Kapusta pekińska, Papryka czerwona, Marchew, Oliwa z oliwek</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>741,1kcal</b> <b>T:36,9 W:17,5 B:86,6 Bt:3,5</b></p>
<p><b>Kolacja</b> Kopytka z marchewką, fasolką i kruszonymi orzechami</p>	<p>ORZECHY WŁOSKIE, KOPYTKA (ziemniaki, skrobia ziemniaczana, mąka PSZENNA, JAJA), Mieszanka z Pasternakiem i Fasolką Płaską, Cebula, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Pietruszka, liście</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>342,4kcal</b> <b>T:10,0 W:38,8 B:6,6 Bt:2,3</b></p>	<p>ORZECHY WŁOSKIE, KOPYTKA (ziemniaki, skrobia ziemniaczana, mąka PSZENNA, JAJA), Mieszanka z Pasternakiem i Fasolką Płaską, Cebula, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Pietruszka, liście</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>506,8kcal</b> <b>T:14,8 W:57,4 B:9,8 Bt:3,4</b></p>	<p>ORZECHY WŁOSKIE, KOPYTKA (ziemniaki, skrobia ziemniaczana, mąka PSZENNA, JAJA), Mieszanka z Pasternakiem i Fasolką Płaską, Cebula, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Pietruszka, liście</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>650,6kcal</b> <b>T:19,1 W:73,7 B:12,6 Bt:4,3</b></p>	<p>ORZECHY WŁOSKIE, KOPYTKA (ziemniaki, skrobia ziemniaczana, mąka PSZENNA, JAJA), Mieszanka z Pasternakiem i Fasolką Płaską, Cebula, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Pietruszka, liście</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>753,3kcal</b> <b>T:22,1 W:85,3 B:14,6 Bt:5,0</b></p>

<p><b>Kolacja</b> Sałatka z indykiem, sosem wiśniowym i fetą</p>	<p>Miks sałat (lodowa,fryzjerska,rzumska, cykorja), Dynia, pestki, łuskane, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Granat, Ogórek, Mięso z piersi indyka, bez skóry, Wiśnie bez pestek, mrożone, Miód pszczeli, Oliwa z oliwek, Ocet jabłkowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda)</p> <p>Alergeny: 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>350,4kcal</b> <b>T:21,9 W:11,4 B:27,2 Bł:1,6</b></p>	<p>Miks sałat (lodowa,fryzjerska,rzumska, cykorja), Dynia, pestki, łuskane, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Granat, Ogórek, Mięso z piersi indyka, bez skóry, Wiśnie bez pestek, mrożone, Miód pszczeli, Oliwa z oliwek, Ocet jabłkowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda)</p> <p>Alergeny: 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>515,3kcal</b> <b>T:32,2 W:16,8 B:40,1 Bł:2,4</b></p>	<p>Miks sałat (lodowa,fryzjerska,rzumska, cykorja), Dynia, pestki, łuskane, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Granat, Ogórek, Mięso z piersi indyka, bez skóry, Wiśnie bez pestek, mrożone, Miód pszczeli, Oliwa z oliwek, Ocet jabłkowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda)</p> <p>Alergeny: 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>680,2kcal</b> <b>T:42,5 W:22,2 B:52,9 Bł:3,1</b></p>	<p>Miks sałat (lodowa,fryzjerska,rzumska, cykorja), Dynia, pestki, łuskane, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Granat, Ogórek, Mięso z piersi indyka, bez skóry, Wiśnie bez pestek, mrożone, Miód pszczeli, Oliwa z oliwek, Ocet jabłkowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda)</p> <p>Alergeny: 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>762,7kcal</b> <b>T:47,7 W:24,9 B:59,3 Bł:3,5</b></p>
<p><b>Kolacja</b> Domowe leczo z kurczakiem, cukinią i papryką z bagietką</p>	<p>Bagietka fitness (mąka PSZENNA, ŻYTANIA, woda, płatki owsiane, siemię lniane, słonecznik, soja, sezam, drożdże, sól), Cebula, Cukinia, Czosnek, Papryka czerwona, Passata pomidorowa (przecier), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Pieczarka uprawna, 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><b>330,8kcal</b> <b>T:5,9 W:44,2 B:23,6 Bł:4,0</b></p>	<p>Bagietka fitness (mąka PSZENNA, ŻYTANIA, woda, płatki owsiane, siemię lniane, słonecznik, soja, sezam, drożdże, sól), Cebula, Cukinia, Czosnek, Papryka czerwona, Passata pomidorowa (przecier), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Pieczarka uprawna, 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><b>507,1kcal</b> <b>T:7,9 W:59,3 B:49,2 Bł:8,3</b></p>	<p>Bagietka fitness (mąka PSZENNA, ŻYTANIA, woda, płatki owsiane, siemię lniane, słonecznik, soja, sezam, drożdże, sól), Cebula, Cukinia, Czosnek, Papryka czerwona, Passata pomidorowa (przecier), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Pieczarka uprawna, 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><b>661,6kcal</b> <b>T:11,8 W:88,5 B:47,2 Bł:8,1</b></p>	<p>Bagietka fitness (mąka PSZENNA, ŻYTANIA, woda, płatki owsiane, siemię lniane, słonecznik, soja, sezam, drożdże, sól), Cebula, Cukinia, Czosnek, Papryka czerwona, Passata pomidorowa (przecier), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Pieczarka uprawna, 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><b>732,1kcal</b> <b>T:12,6 W:94,5 B:57,4 Bł:9,8</b></p>