

Posiłek / potrawa / składniki	1500 kcal - 5 posiłków	2000 kcal - 5 posiłków	2500 kcal - 5 posiłków	3000 kcal - 5 posiłków
<b>Śniadanie</b> Placuszki z bananowym kremem orzechowym i truskawkami	<p>Naleśniki amerykańskie (mąka pszenna, woda, cukier, jaja, serwatka w proszku, sól, skrobia kukurydziana, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), olej słonecznikowy, Truskawki, mrożone, Cukier, Banan, MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), Daktyle, suszone</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 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>359,2kcal</b> <b>T:7,2 W:68,2 B:7,4 Bł:4,5</b></p>	<p>Naleśniki amerykańskie (mąka pszenna, woda, cukier, jaja, serwatka w proszku, sól, skrobia kukurydziana, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), olej słonecznikowy, Truskawki, mrożone, Cukier, Banan, MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), Daktyle, suszone</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 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>526,5kcal</b> <b>T:10,5 W:99,9 B:11,0 Bł:6,4</b></p>	<p>Naleśniki amerykańskie (mąka pszenna, woda, cukier, jaja, serwatka w proszku, sól, skrobia kukurydziana, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), olej słonecznikowy, Truskawki, mrożone, Cukier, Banan, MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), Daktyle, suszone</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 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>526,5kcal</b> <b>T:10,5 W:99,9 B:11,0 Bł:6,4</b></p>	<p>Naleśniki amerykańskie (mąka pszenna, woda, cukier, jaja, serwatka w proszku, sól, skrobia kukurydziana, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), olej słonecznikowy, Truskawki, mrożone, Cukier, Banan, MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), Daktyle, suszone</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 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>833,3kcal</b> <b>T:16,8 W:159,0 B:16,8 Bł:11,5</b></p>
<b>Śniadanie</b> Kanaпка z pikantną sałatką z makreli i ogórkami kiszonym	<p>CHLEBEK ŻYTNIA PROSTOKĄTNY (mąka ŻYTNIA, mąka PSZENNA, woda, słonecznik, płatki ziemniaczane, sól JĘCZMIENNY, sól, drożdże, miód piekarski, mąka słodowa JĘCZMIENNA), Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), MAKRELA, wędzona, Cebula, mrożona, Marchew, Koncentrat pomidorowy, 30%, Papryczka ostra chili</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</p> <p><b>341,8kcal</b> <b>T:11,9 W:38,6 B:19,8 Bł:1,9</b></p>	<p>CHLEBEK ŻYTNIA PROSTOKĄTNY (mąka ŻYTNIA, mąka PSZENNA, woda, słonecznik, płatki ziemniaczane, sól JĘCZMIENNY, sól, drożdże, miód piekarski, mąka słodowa JĘCZMIENNA), Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), MAKRELA, wędzona, Cebula, mrożona, Marchew, Koncentrat pomidorowy, 30%, Papryczka ostra chili</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</p> <p><b>509,4kcal</b> <b>T:17,9 W:57,5 B:29,6 Bł:2,5</b></p>	<p>CHLEBEK ŻYTNIA PROSTOKĄTNY (mąka ŻYTNIA, mąka PSZENNA, woda, słonecznik, płatki ziemniaczane, sól JĘCZMIENNY, sól, drożdże, miód piekarski, mąka słodowa JĘCZMIENNA), Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), MAKRELA, wędzona, Cebula, mrożona, Marchew, Koncentrat pomidorowy, 30%, Papryczka ostra chili</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</p> <p><b>509,4kcal</b> <b>T:17,9 W:57,5 B:29,6 Bł:2,5</b></p>	<p>CHLEBEK ŻYTNIA PROSTOKĄTNY (mąka ŻYTNIA, mąka PSZENNA, woda, słonecznik, płatki ziemniaczane, sól JĘCZMIENNY, sól, drożdże, miód piekarski, mąka słodowa JĘCZMIENNA), Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), MAKRELA, wędzona, Cebula, mrożona, Marchew, Koncentrat pomidorowy, 30%, Papryczka ostra chili</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</p> <p><b>638,5kcal</b> <b>T:21,4 W:75,4 B:36,1 Bł:2,9</b></p>
<b>Śniadanie</b> Żurawinowy twarożek z musli	<p>SER TWAROGOWY PÓŁTLUSTY (MLEKO, kultury bakterii), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Nasiona chia, Miód pszczeli, Żurawina suszona, Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy), Płatki owsiane, Dynia, pestki, łuskane, CZEKOLADA DESEROWA (miażga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>356,3kcal</b> <b>T:9,9 W:45,9 B:20,8 Bł:4,5</b></p>	<p>SER TWAROGOWY PÓŁTLUSTY (MLEKO, kultury bakterii), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Nasiona chia, Miód pszczeli, Żurawina suszona, Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy), Płatki owsiane, Dynia, pestki, łuskane, CZEKOLADA DESEROWA (miażga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>514,7kcal</b> <b>T:14,3 W:66,3 B:30,1 Bł:6,5</b></p>	<p>SER TWAROGOWY PÓŁTLUSTY (MLEKO, kultury bakterii), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Nasiona chia, Miód pszczeli, Żurawina suszona, Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy), Płatki owsiane, Dynia, pestki, łuskane, CZEKOLADA DESEROWA (miażga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>514,7kcal</b> <b>T:14,3 W:66,3 B:30,1 Bł:6,5</b></p>	<p>SER TWAROGOWY PÓŁTLUSTY (MLEKO, kultury bakterii), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Nasiona chia, Miód pszczeli, Żurawina suszona, Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy), Płatki owsiane, Dynia, pestki, łuskane, CZEKOLADA DESEROWA (miażga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>657,2kcal</b> <b>T:18,3 W:84,7 B:38,5 Bł:8,3</b></p>
<b>Śniadanie</b> Sałatką z kurczakiem, pomarańczą i żurawiną	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Żurawina suszona, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Pomarańcza, Sok cytrynowy, Oliwa z oliwek, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>356,6kcal</b> <b>T:14,4 W:25,2 B:32,8 Bł:3,1</b></p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Żurawina suszona, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Pomarańcza, Sok cytrynowy, Oliwa z oliwek, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>445,8kcal</b> <b>T:18,0 W:31,5 B:41,0 Bł:3,9</b></p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Żurawina suszona, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Pomarańcza, Sok cytrynowy, Oliwa z oliwek, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>490,3kcal</b> <b>T:19,8 W:34,7 B:45,1 Bł:4,3</b></p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Żurawina suszona, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Pomarańcza, Sok cytrynowy, Oliwa z oliwek, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>638,9kcal</b> <b>T:25,9 W:45,2 B:58,7 Bł:5,6</b></p>

<p><b>Drugie śniadanie</b> Krupnik</p>	<p>Bulion warzywny, Marchew, Pietruszka, korzeń, Cebula, mrożona, Ziemiaki, KASZA JĘCZMIENNA, PERŁOWA, Pietruszka, liście, SELER KORZENIOWY, 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><b>207,7kcal</b> <b>T:5,3 W:37,2 B:4,2 Bt:5,4</b></p>	<p>Bulion warzywny, Marchew, Pietruszka, korzeń, Cebula, mrożona, Ziemiaki, KASZA JĘCZMIENNA, PERŁOWA, Pietruszka, liście, SELER KORZENIOWY, 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><b>207,7kcal</b> <b>T:5,3 W:37,2 B:4,2 Bt:5,4</b></p>	<p>Bulion warzywny, Marchew, Pietruszka, korzeń, Cebula, mrożona, Ziemiaki, KASZA JĘCZMIENNA, PERŁOWA, Pietruszka, liście, SELER KORZENIOWY, 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><b>267,0kcal</b> <b>T:6,9 W:47,8 B:5,5 Bt:7,0</b></p>	<p>Bulion warzywny, Marchew, Pietruszka, korzeń, Cebula, mrożona, Ziemiaki, KASZA JĘCZMIENNA, PERŁOWA, Pietruszka, liście, SELER KORZENIOWY, 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><b>267,0kcal</b> <b>T:6,9 W:47,8 B:5,5 Bt:7,0</b></p>
<p><b>Drugie śniadanie</b> Malinowy serniczek</p>	<p>MALINOWY SERNICZEK (maliny mrożone, woda, TWARÓG półtłusty, ŚMIETANKA 30%, JAJA, mąka PSZENNA, cukier puder, 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>194,4kcal</b> <b>T:7,4 W:25,7 B:6,1</b></p>	<p>MALINOWY SERNICZEK (maliny mrożone, woda, TWARÓG półtłusty, ŚMIETANKA 30%, JAJA, mąka PSZENNA, cukier puder, 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>194,4kcal</b> <b>T:7,4 W:25,7 B:6,1</b></p>	<p>MALINOWY SERNICZEK (maliny mrożone, woda, TWARÓG półtłusty, ŚMIETANKA 30%, JAJA, mąka PSZENNA, cukier puder, 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>300,5kcal</b> <b>T:11,4 W:39,7 B:9,5</b></p>	<p>MALINOWY SERNICZEK (maliny mrożone, woda, TWARÓG półtłusty, ŚMIETANKA 30%, JAJA, mąka PSZENNA, cukier puder, 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>300,5kcal</b> <b>T:11,4 W:39,7 B:9,5</b></p>
<p><b>Drugie śniadanie</b> Pęczak z chorizo i szpinakiem</p>	<p>KASZA JĘCZMIENNA, PĘCZAK, Chorizo (mięso wieprzowe, sól, papryka, pieprz cayenne, syrop glukozowy, cukier, przyprawy, naturalne osłonki wieprzowe), Cebula, mrożona, Dynia, pestki, łuskane, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście, Szpinak, mrożony</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>206,3kcal</b> <b>T:11,6 W:17,9 B:8,0 Bt:1,8</b></p>	<p>KASZA JĘCZMIENNA, PĘCZAK, Chorizo (mięso wieprzowe, sól, papryka, pieprz cayenne, syrop glukozowy, cukier, przyprawy, naturalne osłonki wieprzowe), Cebula, mrożona, Dynia, pestki, łuskane, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście, Szpinak, mrożony</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>206,3kcal</b> <b>T:11,6 W:17,9 B:8,0 Bt:1,8</b></p>	<p>KASZA JĘCZMIENNA, PĘCZAK, Chorizo (mięso wieprzowe, sól, papryka, pieprz cayenne, syrop glukozowy, cukier, przyprawy, naturalne osłonki wieprzowe), Cebula, mrożona, Dynia, pestki, łuskane, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście, Szpinak, mrożony</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>294,7kcal</b> <b>T:16,6 W:25,5 B:11,5 Bt:2,7</b></p>	<p>KASZA JĘCZMIENNA, PĘCZAK, Chorizo (mięso wieprzowe, sól, papryka, pieprz cayenne, syrop glukozowy, cukier, przyprawy, naturalne osłonki wieprzowe), Cebula, mrożona, Dynia, pestki, łuskane, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście, Szpinak, mrożony</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>294,7kcal</b> <b>T:16,6 W:25,5 B:11,5 Bt:2,7</b></p>
<p><b>Drugie śniadanie</b> Sałatka owocowa z orzechami</p>	<p>Ananas, plastry w syropie, Winogrona, Pomarańcza, ORZECHY ARACHIDOWE, Brzoskwinia w syropie</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p> <p><b>196,5kcal</b> <b>T:4,9 W:35,9 B:3,6 Bt:3,3</b></p>	<p>Ananas, plastry w syropie, Winogrona, Pomarańcza, ORZECHY ARACHIDOWE, Brzoskwinia w syropie</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p> <p><b>196,5kcal</b> <b>T:4,9 W:35,9 B:3,6 Bt:3,3</b></p>	<p>Ananas, plastry w syropie, Winogrona, Pomarańcza, ORZECHY ARACHIDOWE, Brzoskwinia w syropie</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p> <p><b>284,9kcal</b> <b>T:7,1 W:52,1 B:5,3 Bt:4,9</b></p>	<p>Ananas, plastry w syropie, Winogrona, Pomarańcza, ORZECHY ARACHIDOWE, Brzoskwinia w syropie</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p> <p><b>284,9kcal</b> <b>T:7,1 W:52,1 B:5,3 Bt:4,9</b></p>
<p><b>Obiad</b> Dorsz pieczony z czosnkiem, cytryną i warzywami z surówką z marchewki z koperkiem</p>	<p>Marchew, Koper ogrodowy, Oliwa z oliwek, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, Cytryna, Czosnek, Marchew mini, Ziemiaki młode, Batat, Olej rzepakowy</p> <p>Alergeny: 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>462,1kcal</b> <b>T:26,3 W:35,7 B:22,2 Bt:8,5</b></p>	<p>Marchew, Koper ogrodowy, Oliwa z oliwek, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, Cytryna, Czosnek, Marchew mini, Ziemiaki młode, Batat, Olej rzepakowy</p> <p>Alergeny: 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>660,8kcal</b> <b>T:37,1 W:50,2 B:33,1 Bt:11,4</b></p>	<p>Marchew, Koper ogrodowy, Oliwa z oliwek, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, Cytryna, Czosnek, Marchew mini, Ziemiaki młode, Batat, Olej rzepakowy</p> <p>Alergeny: 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>781,4kcal</b> <b>T:43,6 W:59,1 B:39,7 Bt:13,1</b></p>	<p>Marchew, Koper ogrodowy, Oliwa z oliwek, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, Cytryna, Czosnek, Marchew mini, Ziemiaki młode, Batat, Olej rzepakowy</p> <p>Alergeny: 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>994,3kcal</b> <b>T:55,2 W:74,7 B:51,4 Bt:16,1</b></p>

<p><b>Obiad</b> Spaghetti puntanesca z oliwkami, kaparami i mini mozzarella</p>	<p>SER MOZZARELLA (minikulki) (MLEKO krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), Czosnek, Oliwki czarne, Kapary (kapary, woda, sól, ocet), Pomidory z puszki (krojone), Pietruszka, liście, Bazylia świeża, 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>447,6kcal</b> <b>T:22,6 W:39,8 B:15,5 Bt:4,8</b></p>	<p>SER MOZZARELLA (minikulki) (MLEKO krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), Czosnek, Oliwki czarne, Kapary (kapary, woda, sól, ocet), Pomidory z puszki (krojone), Pietruszka, liście, Bazylia świeża, 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>636,3kcal</b> <b>T:31,3 W:58,5 B:22,0 Bt:6,8</b></p>	<p>SER MOZZARELLA (minikulki) (MLEKO krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), Czosnek, Oliwki czarne, Kapary (kapary, woda, sól, ocet), Pomidory z puszki (krojone), Pietruszka, liście, Bazylia świeża, 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>754,9kcal</b> <b>T:35,1 W:74,6 B:26,1 Bt:7,9</b></p>	<p>SER MOZZARELLA (minikulki) (MLEKO krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), Czosnek, Oliwki czarne, Kapary (kapary, woda, sól, ocet), Pomidory z puszki (krojone), Pietruszka, liście, Bazylia świeża, 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>967,0kcal</b> <b>T:45,6 W:94,1 B:33,5 Bt:10,2</b></p>
<p><b>Obiad</b> Kremowe tagliatelle z kurczakiem</p>	<p>Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, MAKARON TAGLIATELLE (mąka z PSZENICY durum, woda), Szpinak, mrożony, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Czosnek, 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>467,7kcal</b> <b>T:19,3 W:25,8 B:47,7 Bt:1,1</b></p>	<p>Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, MAKARON TAGLIATELLE (mąka z PSZENICY durum, woda), Szpinak, mrożony, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Czosnek, 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>676,4kcal</b> <b>T:27,6 W:38,4 B:68,5 Bt:1,6</b></p>	<p>Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, MAKARON TAGLIATELLE (mąka z PSZENICY durum, woda), Szpinak, mrożony, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Czosnek, 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>834,7kcal</b> <b>T:33,3 W:50,5 B:83,0 Bt:1,9</b></p>	<p>Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, MAKARON TAGLIATELLE (mąka z PSZENICY durum, woda), Szpinak, mrożony, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Czosnek, 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>993,0kcal</b> <b>T:39,0 W:62,6 B:97,6 Bt:2,2</b></p>
<p><b>Obiad</b> Schab w sosie śmietanowym z puree ziemniaczanym i buraczkami</p>	<p>Wieprzowina, schab surowy bez kości, Cebula, mrożona, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Pietruszka, liście, Burak, Olej rzepakowy, Cukier, Ocet balsamiczny, Ziemniaki, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>462,1kcal</b> <b>T:23,1 W:34,3 B:30,4 Bt:3,5</b></p>	<p>Wieprzowina, schab surowy bez kości, Cebula, mrożona, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Pietruszka, liście, Burak, Olej rzepakowy, Cukier, Ocet balsamiczny, Ziemniaki, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>680,3kcal</b> <b>T:34,1 W:47,1 B:47,9 Bt:4,6</b></p>	<p>Wieprzowina, schab surowy bez kości, Cebula, mrożona, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Pietruszka, liście, Burak, Olej rzepakowy, Cukier, Ocet balsamiczny, Ziemniaki, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>808,6kcal</b> <b>T:40,6 W:54,5 B:58,3 Bt:5,2</b></p>	<p>Wieprzowina, schab surowy bez kości, Cebula, mrożona, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Pietruszka, liście, Burak, Olej rzepakowy, Cukier, Ocet balsamiczny, Ziemniaki, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>1 001,0kcal</b> <b>T:50,3 W:65,7 B:73,8 Bt:6,2</b></p>
<p><b>Podwieczorek</b> Wrapy z fasolką szparagową i papryką</p>	<p>TORTILLA PSZENNA (mąka PSZENNA, woda, olej rzepakowy, stabilizatory: glicerol, guma guar, gluten PSZENNY, sól, glukoza, regulator kwasowości: kwas jabłkowy), Marchew mini, Rukola, Papryka zielona, Fasolka szparagowa, zielona, SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Bazylia świeża</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>202,4kcal</b> <b>T:10,5 W:23,1 B:5,9 Bt:3,3</b></p>	<p>TORTILLA PSZENNA (mąka PSZENNA, woda, olej rzepakowy, stabilizatory: glicerol, guma guar, gluten PSZENNY, sól, glukoza, regulator kwasowości: kwas jabłkowy), Marchew mini, Rukola, Papryka zielona, Fasolka szparagowa, zielona, SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Bazylia świeża</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>202,4kcal</b> <b>T:10,5 W:23,1 B:5,9 Bt:3,3</b></p>	<p>TORTILLA PSZENNA (mąka PSZENNA, woda, olej rzepakowy, stabilizatory: glicerol, guma guar, gluten PSZENNY, sól, glukoza, regulator kwasowości: kwas jabłkowy), Marchew mini, Rukola, Papryka zielona, Fasolka szparagowa, zielona, SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Bazylia świeża</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>404,8kcal</b> <b>T:21,1 W:46,3 B:11,7 Bt:6,7</b></p>	<p>TORTILLA PSZENNA (mąka PSZENNA, woda, olej rzepakowy, stabilizatory: glicerol, guma guar, gluten PSZENNY, sól, glukoza, regulator kwasowości: kwas jabłkowy), Marchew mini, Rukola, Papryka zielona, Fasolka szparagowa, zielona, SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Bazylia świeża</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>404,8kcal</b> <b>T:21,1 W:46,3 B:11,7 Bt:6,7</b></p>
<p><b>Podwieczorek</b> Sałatka z fetą, pieczoną cukinią i prażonym słonecznikiem</p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Słonecznik, nasiona, łuskane, Pomidor, Cukinia, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Olej rzepakowy, Sok cytrynowy</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>208,9kcal</b> <b>T:16,2 W:10,2 B:6,5 Bt:2,1</b></p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Słonecznik, nasiona, łuskane, Pomidor, Cukinia, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Olej rzepakowy, Sok cytrynowy</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>208,9kcal</b> <b>T:16,2 W:10,2 B:6,5 Bt:2,1</b></p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Słonecznik, nasiona, łuskane, Pomidor, Cukinia, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Olej rzepakowy, Sok cytrynowy</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>298,4kcal</b> <b>T:23,2 W:14,5 B:9,3 Bt:3,0</b></p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Słonecznik, nasiona, łuskane, Pomidor, Cukinia, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Olej rzepakowy, Sok cytrynowy</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>298,4kcal</b> <b>T:23,2 W:14,5 B:9,3 Bt:3,0</b></p>

<p><b>Podwieczorek</b> Koktajl owocowy z masłem orzechowym</p>	<p>JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Banan, Truskawki, mrożone, MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), Woda, Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>207,0kcal</b> <b>T:7,4 W:28,4 B:7,3 Bt:2,0</b></p>	<p>JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Banan, Truskawki, mrożone, MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), Woda, Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>207,0kcal</b> <b>T:7,4 W:28,4 B:7,3 Bt:2,0</b></p>	<p>JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Banan, Truskawki, mrożone, MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), Woda, Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>300,1kcal</b> <b>T:10,8 W:41,2 B:10,5 Bt:3,0</b></p>	<p>JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Banan, Truskawki, mrożone, MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), Woda, Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>300,1kcal</b> <b>T:10,8 W:41,2 B:10,5 Bt:3,0</b></p>
<p><b>Podwieczorek</b> Zupa grzybowa z makaronem</p>	<p>MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda), Ziemiaki, Cebula, mrożona, Por, mrożony, Marchew, Pietruszka, korzeń, SELER NACIOWY, Grzyby suszone, Pieczarka uprawna, mrożona, Pietruszka, liście, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Bulion warzywny</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne</p> <p><b>206,6kcal</b> <b>T:3,9 W:34,9 B:8,1 Bt:6,5</b></p>	<p>MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda), Ziemiaki, Cebula, mrożona, Por, mrożony, Marchew, Pietruszka, korzeń, SELER NACIOWY, Grzyby suszone, Pieczarka uprawna, mrożona, Pietruszka, liście, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Bulion warzywny</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne</p> <p><b>206,6kcal</b> <b>T:3,9 W:34,9 B:8,1 Bt:6,5</b></p>	<p>MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda), Ziemiaki, Cebula, mrożona, Por, mrożony, Marchew, Pietruszka, korzeń, SELER NACIOWY, Grzyby suszone, Pieczarka uprawna, mrożona, Pietruszka, liście, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Bulion warzywny</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne</p> <p><b>309,9kcal</b> <b>T:5,9 W:52,4 B:12,2 Bt:9,8</b></p>	<p>MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda), Ziemiaki, Cebula, mrożona, Por, mrożony, Marchew, Pietruszka, korzeń, SELER NACIOWY, Grzyby suszone, Pieczarka uprawna, mrożona, Pietruszka, liście, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Bulion warzywny</p> <p>Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne</p> <p><b>309,9kcal</b> <b>T:5,9 W:52,4 B:12,2 Bt:9,8</b></p>
<p><b>Kolacja</b> Bajgiel z pesto bazyliowym, mozzarellą i pomidorem</p>	<p>BAJGIEL (mąka PSZENNA, woda, cukier, olej roślinny rzepakowy, drożdże, sól), Rukola, SER MOZZARELLA (kulki) (MLEKO krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Pomidor, Bazylia świeża, Czosnek, Oliwa z oliwek, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Słonecznik, nasiona, luskane, 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>337,3kcal</b> <b>T:11,8 W:43,2 B:14,7 Bt:4,0</b></p>	<p>BAJGIEL (mąka PSZENNA, woda, cukier, olej roślinny rzepakowy, drożdże, sól), Rukola, SER MOZZARELLA (kulki) (MLEKO krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Pomidor, Bazylia świeża, Czosnek, Oliwa z oliwek, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Słonecznik, nasiona, luskane, 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>472,6kcal</b> <b>T:19,5 W:48,1 B:26,9 Bt:5,0</b></p>	<p>BAJGIEL (mąka PSZENNA, woda, cukier, olej roślinny rzepakowy, drożdże, sól), Rukola, SER MOZZARELLA (kulki) (MLEKO krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Pomidor, Bazylia świeża, Czosnek, Oliwa z oliwek, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Słonecznik, nasiona, luskane, 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>511,3kcal</b> <b>T:21,6 W:49,5 B:30,4 Bt:5,3</b></p>	<p>BAJGIEL (mąka PSZENNA, woda, cukier, olej roślinny rzepakowy, drożdże, sól), Rukola, SER MOZZARELLA (kulki) (MLEKO krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Pomidor, Bazylia świeża, Czosnek, Oliwa z oliwek, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Słonecznik, nasiona, luskane, 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>711,3kcal</b> <b>T:22,8 W:88,7 B:38,4 Bt:8,6</b></p>
<p><b>Kolacja</b> Budda bowl z ciecierzycą, pieczonymi warzywami i miodowym vinegrettem z chilli</p>	<p>Miks salat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Ananas, plastry w syropie, ORZECHY ARACHIDOWE, Marchew mini, Bataty, Oliwa z oliwek, Ciecierzycza (w zalewie), Olej rzepakowy, Miód pszczeli, Papryczka ostra chili, Sok cytrynowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda)</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>307,1kcal</b> <b>T:15,7 W:43,0 B:7,9 Bt:7,0</b></p>	<p>Miks salat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Ananas, plastry w syropie, ORZECHY ARACHIDOWE, Marchew mini, Bataty, Oliwa z oliwek, Ciecierzycza (w zalewie), Olej rzepakowy, Miód pszczeli, Papryczka ostra chili, Sok cytrynowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda)</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>482,7kcal</b> <b>T:24,8 W:67,6 B:12,5 Bt:11,0</b></p>	<p>Miks salat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Ananas, plastry w syropie, ORZECHY ARACHIDOWE, Marchew mini, Bataty, Oliwa z oliwek, Ciecierzycza (w zalewie), Olej rzepakowy, Miód pszczeli, Papryczka ostra chili, Sok cytrynowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda)</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>702,1kcal</b> <b>T:36,0 W:98,3 B:18,2 Bt:16,0</b></p>	<p>Miks salat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Ananas, plastry w syropie, ORZECHY ARACHIDOWE, Marchew mini, Bataty, Oliwa z oliwek, Ciecierzycza (w zalewie), Olej rzepakowy, Miód pszczeli, Papryczka ostra chili, Sok cytrynowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda)</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p><b>789,8kcal</b> <b>T:40,6 W:110,6 B:20,5 Bt:18,0</b></p>

<p><b>Kolacja</b> Placki ziemniaczane z twarogiem tzatziki</p>	<p>Placki ziemniaczane (ziemniaki, cebula, tłuszcz roślinny, skrobia ryżowa modyfikowana, sól), Ogórek, SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), Czosnek, Oliwki zielone, marynowane, konserwowe, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Dynia, pestki, luskane</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>363,5kcal</b> <b>T:15,1 W:32,8 B:22,7 Bt:3,9</b></p>	<p>Placki ziemniaczane (ziemniaki, cebula, tłuszcz roślinny, skrobia ryżowa modyfikowana, sól), Ogórek, SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), Czosnek, Oliwki zielone, marynowane, konserwowe, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Dynia, pestki, luskane</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>498,6kcal</b> <b>T:20,0 W:47,2 B:30,1 Bt:5,5</b></p>	<p>Placki ziemniaczane (ziemniaki, cebula, tłuszcz roślinny, skrobia ryżowa modyfikowana, sól), Ogórek, SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), Czosnek, Oliwki zielone, marynowane, konserwowe, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Dynia, pestki, luskane</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>498,6kcal</b> <b>T:20,0 W:47,2 B:30,1 Bt:5,5</b></p>	<p>Placki ziemniaczane (ziemniaki, cebula, tłuszcz roślinny, skrobia ryżowa modyfikowana, sól), Ogórek, SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), Czosnek, Oliwki zielone, marynowane, konserwowe, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Dynia, pestki, luskane</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>620,4kcal</b> <b>T:24,2 W:61,1 B:36,4 Bt:7,1</b></p>
<p><b>Kolacja</b> Spaghetti aglio e olio z natką pietruszki i parmezanem</p>	<p>Rukola, MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), Oliwa z oliwek, Papryczka ostra chili, Czosnek, Pietruszka, liście, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym)</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>335,0kcal</b> <b>T:5,9 W:56,2 B:13,8 Bt:2,7</b></p>	<p>Rukola, MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), Oliwa z oliwek, Papryczka ostra chili, Czosnek, Pietruszka, liście, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym)</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>502,6kcal</b> <b>T:8,8 W:84,4 B:20,7 Bt:4,1</b></p>	<p>Rukola, MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), Oliwa z oliwek, Papryczka ostra chili, Czosnek, Pietruszka, liście, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym)</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>726,0kcal</b> <b>T:12,8 W:121,9 B:29,9 Bt:5,9</b></p>	<p>Rukola, MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), Oliwa z oliwek, Papryczka ostra chili, Czosnek, Pietruszka, liście, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym)</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>781,8kcal</b> <b>T:13,8 W:131,3 B:32,2 Bt:6,4</b></p>