

Posiłek / potrawa / składniki	Office Box - 3 posiłki (drugie śniadanie, obiad, podwieczorek)	Office 1600 kcal - 3 posiłki (śniadanie, obiad, kolacja)	1500 kcal - 5 posiłków	2000 kcal - 5 posiłków	2500 kcal - 5 posiłków	3000 kcal - 5 posiłków
<p>Śniadanie Pikantna sałatka z makreli, chleb żytni, ogórek kiszony</p>		<p>CHLEB ŻYTNIA JASNY (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNIA), 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>497,8kcal T:15,8 W:67,4 B:24,1 Bt:6,9</p>	<p>CHLEB ŻYTNIA JASNY (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNIA), 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>334,1kcal T:10,5 W:45,1 B:16,1 Bt:4,8</p>	<p>CHLEB ŻYTNIA JASNY (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNIA), 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>497,8kcal T:15,8 W:67,4 B:24,1 Bt:6,9</p>	<p>CHLEB ŻYTNIA JASNY (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNIA), 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>497,8kcal T:15,8 W:67,4 B:24,1 Bt:6,9</p>	<p>CHLEB ŻYTNIA JASNY (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNIA), 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>623,1kcal T:18,6 W:88,6 B:28,8 Bt:8,6</p>
<p>Drugie śniadanie Malinowy serniczek</p>	<p>MALINOWY SERNICZEK (maliny mrożone, woda, TWARÓG półtusty, ŚMIETANKA 30%, JAJA, mąka PSZENNIA, 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>300,5kcal T:11,4 W:39,7 B:9,5</p>	<p>MALINOWY SERNICZEK (maliny mrożone, woda, TWARÓG półtusty, ŚMIETANKA 30%, JAJA, mąka PSZENNIA, 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>194,4kcal T:7,4 W:25,7 B:6,1</p>	<p>MALINOWY SERNICZEK (maliny mrożone, woda, TWARÓG półtusty, ŚMIETANKA 30%, JAJA, mąka PSZENNIA, 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>194,4kcal T:7,4 W:25,7 B:6,1</p>	<p>MALINOWY SERNICZEK (maliny mrożone, woda, TWARÓG półtusty, ŚMIETANKA 30%, JAJA, mąka PSZENNIA, 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>300,5kcal T:11,4 W:39,7 B:9,5</p>	<p>MALINOWY SERNICZEK (maliny mrożone, woda, TWARÓG półtusty, ŚMIETANKA 30%, JAJA, mąka PSZENNIA, 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>300,5kcal T:11,4 W:39,7 B:9,5</p>	
<p>Obiad Spaghetti puntanesca</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 puszeki (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>636,3kcal T:31,3 W:58,5 B:22,0 Bt:6,8</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 puszeki (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>636,3kcal T:31,3 W:58,5 B:22,0 Bt:6,8</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 puszeki (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>447,6kcal T:22,6 W:39,8 B:15,5 Bt:4,8</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 puszeki (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>636,3kcal T:31,3 W:58,5 B:22,0 Bt:6,8</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 puszeki (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>754,9kcal T:35,1 W:74,6 B:26,1 Bt:7,9</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 puszeki (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>967,0kcal T:45,6 W:94,1 B:33,5 Bt:10,2</p>

<p>Podwieczorek Sałatka z mozzarellą i pieczoną cukinią</p>	<p>Miks sałat (lodowa,fryzjerska,rzymska, cykoria), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Słonecznik, nasiona, luskane, 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>216,8kcal T:16,2 W:10,7 B:8,0 Bł:2,1</p>	<p>Miks sałat (lodowa,fryzjerska,rzymska, cykoria), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Słonecznik, nasiona, luskane, 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>216,8kcal T:16,2 W:10,7 B:8,0 Bł:2,1</p>	<p>Miks sałat (lodowa,fryzjerska,rzymska, cykoria), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Słonecznik, nasiona, luskane, 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>216,8kcal T:16,2 W:10,7 B:8,0 Bł:2,1</p>	<p>Miks sałat (lodowa,fryzjerska,rzymska, cykoria), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Słonecznik, nasiona, luskane, 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>309,8kcal T:23,1 W:15,3 B:11,5 Bł:3,0</p>	<p>Miks sałat (lodowa,fryzjerska,rzymska, cykoria), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Słonecznik, nasiona, luskane, 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>309,8kcal T:23,1 W:15,3 B:11,5 Bł:3,0</p>
<p>Kolacja Budda bowl z ciecierzycą, pieczonymi warzywami i miodowym vinegrettem z chilli</p>	<p>Miks sałat (lodowa,fryzjerska,rzymska, cykoria), Ananas, plastry w syropie, ORZECHY ARACHIDOWE, Marchew mini, Bataty, Oliwa z oliwek, Ciecierzycy (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>482,7kcal T:24,8 W:67,6 B:12,5 Bł:11,0</p>	<p>Miks sałat (lodowa,fryzjerska,rzymska, cykoria), Ananas, plastry w syropie, ORZECHY ARACHIDOWE, Marchew mini, Bataty, Oliwa z oliwek, Ciecierzycy (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>307,1kcal T:15,7 W:43,0 B:7,9 Bł:7,0</p>	<p>Miks sałat (lodowa,fryzjerska,rzymska, cykoria), Ananas, plastry w syropie, ORZECHY ARACHIDOWE, Marchew mini, Bataty, Oliwa z oliwek, Ciecierzycy (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>482,7kcal T:24,8 W:67,6 B:12,5 Bł:11,0</p>	<p>Miks sałat (lodowa,fryzjerska,rzymska, cykoria), Ananas, plastry w syropie, ORZECHY ARACHIDOWE, Marchew mini, Bataty, Oliwa z oliwek, Ciecierzycy (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>702,1kcal T:36,0 W:98,3 B:18,2 Bł:16,0</p>	<p>Miks sałat (lodowa,fryzjerska,rzymska, cykoria), Ananas, plastry w syropie, ORZECHY ARACHIDOWE, Marchew mini, Bataty, Oliwa z oliwek, Ciecierzycy (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>789,8kcal T:40,6 W:110,6 B:20,5 Bł:18,0</p>