

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
<b>Śniadanie</b> Ryżanka z chia i wiśnią		CZEKOLADA GORZKA ( miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Ryż biały, Miód pszczeli, Nasiona chia, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Wiśnie bez pestek, mrożone, Cukier  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne  <b>467,0kcal</b> <b>T:9,1 W:82,4 B:12,9 Bt:4,6</b>	CZEKOLADA GORZKA ( miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Ryż biały, Miód pszczeli, Nasiona chia, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Wiśnie bez pestek, mrożone, Cukier  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne  <b>366,9kcal</b> <b>T:7,1 W:64,7 B:10,1 Bt:3,6</b>	CZEKOLADA GORZKA ( miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Ryż biały, Miód pszczeli, Nasiona chia, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Wiśnie bez pestek, mrożone, Cukier  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne  <b>467,0kcal</b> <b>T:9,1 W:82,4 B:12,9 Bt:4,6</b>	CZEKOLADA GORZKA ( miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Ryż biały, Miód pszczeli, Nasiona chia, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Wiśnie bez pestek, mrożone, Cukier  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne  <b>533,7kcal</b> <b>T:10,4 W:94,2 B:14,7 Bt:5,2</b>	CZEKOLADA GORZKA ( miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Ryż biały, Miód pszczeli, Nasiona chia, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Wiśnie bez pestek, mrożone, Cukier  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne  <b>767,2kcal</b> <b>T:14,9 W:135,4 B:21,2 Bt:7,5</b>
<b>Drugie śniadanie</b> Zupa szpinakowa	Cebula, Szpinak, mrożony, 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  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne  <b>197,5kcal</b> <b>T:10,7 W:22,4 B:4,4 Bt:4,4</b>	Cebula, Szpinak, mrożony, 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  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne  <b>197,5kcal</b> <b>T:10,7 W:22,4 B:4,4 Bt:4,4</b>	Cebula, Szpinak, mrożony, 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  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne  <b>197,5kcal</b> <b>T:10,7 W:22,4 B:4,4 Bt:4,4</b>	Cebula, Szpinak, mrożony, 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  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne  <b>197,5kcal</b> <b>T:10,7 W:22,4 B:4,4 Bt:4,4</b>	Cebula, Szpinak, mrożony, 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  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne  <b>290,4kcal</b> <b>T:15,7 W:32,9 B:6,5 Bt:6,5</b>	Cebula, Szpinak, mrożony, 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  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne  <b>290,4kcal</b> <b>T:15,7 W:32,9 B:6,5 Bt:6,5</b>
<b>Obiad</b> Wieprzowina w sosie pieczeniowym, kasza bulgur z warzywami, surówka z kapusty z kukurydzą	Cebula, Bulion warzywny, Wieprzowina, łopatka, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Kapusta czerwona, Marchew, Oliwa z oliwek, Koper ogrodowy, Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), KASZA BULGUR, Groszek zielony, mrożony, Pietruszka, liście  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  <b>674,2kcal</b> <b>T:25,8 W:51,2 B:54,5 Bt:12,7</b>	Cebula, Bulion warzywny, Wieprzowina, łopatka, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Kapusta czerwona, Marchew, Oliwa z oliwek, Koper ogrodowy, Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), KASZA BULGUR, Groszek zielony, mrożony, Pietruszka, liście  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  <b>674,2kcal</b> <b>T:25,8 W:51,2 B:54,5 Bt:12,7</b>	Cebula, Bulion warzywny, Wieprzowina, łopatka, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Kapusta czerwona, Marchew, Oliwa z oliwek, Koper ogrodowy, Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), KASZA BULGUR, Groszek zielony, mrożony, Pietruszka, liście  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  <b>410,2kcal</b> <b>T:15,7 W:33,1 B:31,8 Bt:8,4</b>	Cebula, Bulion warzywny, Wieprzowina, łopatka, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Kapusta czerwona, Marchew, Oliwa z oliwek, Koper ogrodowy, Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), KASZA BULGUR, Groszek zielony, mrożony, Pietruszka, liście  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  <b>674,2kcal</b> <b>T:25,8 W:51,2 B:54,5 Bt:12,7</b>	Cebula, Bulion warzywny, Wieprzowina, łopatka, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Kapusta czerwona, Marchew, Oliwa z oliwek, Koper ogrodowy, Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), KASZA BULGUR, Groszek zielony, mrożony, Pietruszka, liście  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  <b>806,2kcal</b> <b>T:30,9 W:60,3 B:65,8 Bt:14,8</b>	Cebula, Bulion warzywny, Wieprzowina, łopatka, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Kapusta czerwona, Marchew, Oliwa z oliwek, Koper ogrodowy, Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), KASZA BULGUR, Groszek zielony, mrożony, Pietruszka, liście  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  <b>894,2kcal</b> <b>T:34,2 W:66,3 B:73,4 Bt:16,3</b>
<b>Podwieczorek</b> Koktajl karmelowy	MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Banan, Mleko słodzone zagęszczone  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne  <b>318,7kcal</b> <b>T:8,8 W:44,4 B:16,4 Bt:0,6</b>	MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Banan, Mleko słodzone zagęszczone  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne  <b>219,8kcal</b> <b>T:6,0 W:30,6 B:11,3 Bt:0,4</b>	MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Banan, Mleko słodzone zagęszczone  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne  <b>219,8kcal</b> <b>T:6,0 W:30,6 B:11,3 Bt:0,4</b>	MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Banan, Mleko słodzone zagęszczone  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne  <b>219,8kcal</b> <b>T:6,0 W:30,6 B:11,3 Bt:0,4</b>	MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Banan, Mleko słodzone zagęszczone  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne  <b>318,7kcal</b> <b>T:8,8 W:44,4 B:16,4 Bt:0,6</b>	MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Banan, Mleko słodzone zagęszczone  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne  <b>318,7kcal</b> <b>T:8,8 W:44,4 B:16,4 Bt:0,6</b>

**Kolacja**

Świderki z pieczonym kalafiozem i pesto rosso

Rukola, MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda), Papryczka ostra chili, Kalafior, Oliwa z oliwek, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Słonecznik, nasiona, luskane, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Czosnek

## 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

**502,5kcal**  
**T:17,8 W:68,2 B:18,2**  
**Bt:14,1**

Rukola, MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda), Papryczka ostra chili, Kalafior, Oliwa z oliwek, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Słonecznik, nasiona, luskane, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Czosnek

## 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

**358,9kcal**  
**T:12,7 W:48,7 B:13,0**  
**Bt:10,0**

Rukola, MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda), Papryczka ostra chili, Kalafior, Oliwa z oliwek, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Słonecznik, nasiona, luskane, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Czosnek

## 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

**502,5kcal**  
**T:17,8 W:68,2 B:18,2**  
**Bt:14,1**

Rukola, MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda), Papryczka ostra chili, Kalafior, Oliwa z oliwek, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Słonecznik, nasiona, luskane, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Czosnek

## 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

**574,3kcal**  
**T:20,3 W:77,9 B:20,8**  
**Bt:16,1**

Rukola, MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda), Papryczka ostra chili, Kalafior, Oliwa z oliwek, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Słonecznik, nasiona, luskane, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Czosnek

## 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

**717,9kcal**  
**T:25,4 W:97,4 B:26,0**  
**Bt:20,1**