

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> Brzoskwinowy twarożek z kruszonką kukurydzianą z arachidami		SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczeli, Brzoskwinia w syropie, ORZECHY ARACHIDOWE, Płatki kukurydziane  Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne  <b>454,8kcal</b> <b>T:12,2 W:59,6 B:28,4 Bt:3,9</b>	SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczeli, Brzoskwinia w syropie, ORZECHY ARACHIDOWE, Płatki kukurydziane  Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne  <b>363,8kcal</b> <b>T:9,7 W:47,6 B:22,7 Bt:3,1</b>	SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczeli, Brzoskwinia w syropie, ORZECHY ARACHIDOWE, Płatki kukurydziane  Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne  <b>454,8kcal</b> <b>T:12,2 W:59,6 B:28,4 Bt:3,9</b>	SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczeli, Brzoskwinia w syropie, ORZECHY ARACHIDOWE, Płatki kukurydziane  Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne  <b>454,8kcal</b> <b>T:12,2 W:59,6 B:28,4 Bt:3,9</b>	SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczeli, Brzoskwinia w syropie, ORZECHY ARACHIDOWE, Płatki kukurydziane  Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne  <b>667,0kcal</b> <b>T:17,9 W:87,4 B:41,7 Bt:5,8</b>
<b>Drugie śniadanie</b> Kokosowy pudding chia z musem mango	Mango mus, Miód pszczeli, Wiórki kokosowe, Nasiona chia, Mleko kokosowe, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU  <b>289,7kcal</b> <b>T:12,4 W:31,9 B:7,9 Bt:8,5</b>		Mango mus, Miód pszczeli, Wiórki kokosowe, Nasiona chia, Mleko kokosowe, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne  <b>200,6kcal</b> <b>T:8,6 W:22,1 B:5,5 Bt:5,8</b>	Mango mus, Miód pszczeli, Wiórki kokosowe, Nasiona chia, Mleko kokosowe, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne  <b>200,6kcal</b> <b>T:8,6 W:22,1 B:5,5 Bt:5,8</b>	Mango mus, Miód pszczeli, Wiórki kokosowe, Nasiona chia, Mleko kokosowe, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne  <b>289,7kcal</b> <b>T:12,4 W:31,9 B:7,9 Bt:8,5</b>	Mango mus, Miód pszczeli, Wiórki kokosowe, Nasiona chia, Mleko kokosowe, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne  <b>289,7kcal</b> <b>T:12,4 W:31,9 B:7,9 Bt:8,5</b>
<b>Obiad</b> Kurczak tikka masala z pitą i warzywami na parze	CHLEB PITA (mąka PSZENNA, woda, drożdże, sól jodowana, cukier, olej roślinny, kwas L-askorbinowy), Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pomidory z puszki (krojone), Cebula, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Czosnek, Cukier, Imbir świeży, Mleko kokosowe, Brokuły, Marchew, Czarnuszka, Papryczka ostra chili  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>645,3kcal</b> <b>T:32,4 W:47,3 B:42,4 Bt:5,7</b>	CHLEB PITA (mąka PSZENNA, woda, drożdże, sól jodowana, cukier, olej roślinny, kwas L-askorbinowy), Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pomidory z puszki (krojone), Cebula, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Czosnek, Cukier, Imbir świeży, Mleko kokosowe, Brokuły, Marchew, Czarnuszka, Papryczka ostra chili  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>645,3kcal</b> <b>T:32,4 W:47,3 B:42,4 Bt:5,7</b>	CHLEB PITA (mąka PSZENNA, woda, drożdże, sól jodowana, cukier, olej roślinny, kwas L-askorbinowy), Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pomidory z puszki (krojone), Cebula, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Czosnek, Cukier, Imbir świeży, Mleko kokosowe, Brokuły, Marchew, Czarnuszka, Papryczka ostra chili  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>464,0kcal</b> <b>T:23,2 W:34,5 B:30,6 Bt:5,1</b>	CHLEB PITA (mąka PSZENNA, woda, drożdże, sól jodowana, cukier, olej roślinny, kwas L-askorbinowy), Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pomidory z puszki (krojone), Cebula, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Czosnek, Cukier, Imbir świeży, Mleko kokosowe, Brokuły, Marchew, Czarnuszka, Papryczka ostra chili  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>645,3kcal</b> <b>T:32,4 W:47,3 B:42,4 Bt:5,7</b>	CHLEB PITA (mąka PSZENNA, woda, drożdże, sól jodowana, cukier, olej roślinny, kwas L-askorbinowy), Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pomidory z puszki (krojone), Cebula, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Czosnek, Cukier, Imbir świeży, Mleko kokosowe, Brokuły, Marchew, Czarnuszka, Papryczka ostra chili  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>695,5kcal</b> <b>T:32,7 W:57,3 B:44,0 Bt:5,7</b>	CHLEB PITA (mąka PSZENNA, woda, drożdże, sól jodowana, cukier, olej roślinny, kwas L-askorbinowy), Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pomidory z puszki (krojone), Cebula, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Czosnek, Cukier, Imbir świeży, Mleko kokosowe, Brokuły, Marchew, Czarnuszka, Papryczka ostra chili  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>926,0kcal</b> <b>T:45,2 W:71,2 B:59,5 Bt:6,7</b>

<p><b>Podwieczorek</b> Aromatyczne pieczone warzywa z kolendrą i wędzoną papryką</p>	<p>Dynia, Ziemiaki, Marchew, Cebula czerwona, Papryka czerwona, Czosnek, Ciecierzycza (woda, ciecioraka, sól), Oliwa z oliwek, Cynamon, Kolendra (liście)</p> <p><b>211,9kcal</b> <b>T:13,2 W:18,5 B:4,1 Bt:5,2</b></p>	<p>Dynia, Ziemiaki, Marchew, Cebula czerwona, Papryka czerwona, Czosnek, Ciecierzycza (woda, ciecioraka, sól), Oliwa z oliwek, Cynamon, Kolendra (liście)</p> <p><b>211,9kcal</b> <b>T:13,2 W:18,5 B:4,1 Bt:5,2</b></p>	<p>Dynia, Ziemiaki, Marchew, Cebula czerwona, Papryka czerwona, Czosnek, Ciecierzycza (woda, ciecioraka, sól), Oliwa z oliwek, Cynamon, Kolendra (liście)</p> <p><b>211,9kcal</b> <b>T:13,2 W:18,5 B:4,1 Bt:5,2</b></p>	<p>Dynia, Ziemiaki, Marchew, Cebula czerwona, Papryka czerwona, Czosnek, Ciecierzycza (woda, ciecioraka, sól), Oliwa z oliwek, Cynamon, Kolendra (liście)</p> <p><b>282,6kcal</b> <b>T:17,6 W:24,7 B:5,5 Bt:6,9</b></p>	<p>Dynia, Ziemiaki, Marchew, Cebula czerwona, Papryka czerwona, Czosnek, Ciecierzycza (woda, ciecioraka, sól), Oliwa z oliwek, Cynamon, Kolendra (liście)</p> <p><b>282,6kcal</b> <b>T:17,6 W:24,7 B:5,5 Bt:6,9</b></p>
<p><b>Kolacja</b> Świderki z kremowym sosie z kalafiorem i pomidorkami</p>	<p>MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda), Kalafior, mrożony, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Cebula, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Pomidory koktajlowe, 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>548,1kcal</b> <b>T:28,2 W:60,1 B:12,9 Bt:10,2</b></p>	<p>MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda), Kalafior, mrożony, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Cebula, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Pomidory koktajlowe, 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>336,7kcal</b> <b>T:17,3 W:36,9 B:7,9 Bt:6,3</b></p>	<p>MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda), Kalafior, mrożony, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Cebula, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Pomidory koktajlowe, 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>548,1kcal</b> <b>T:28,2 W:60,1 B:12,9 Bt:10,2</b></p>	<p>MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda), Kalafior, mrożony, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Cebula, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Pomidory koktajlowe, 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>704,7kcal</b> <b>T:36,3 W:77,2 B:16,7 Bt:13,1</b></p>	<p>MAKARON ŚWIDERKI (mąka z PSZENICY durum, woda), Kalafior, mrożony, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Cebula, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Pomidory koktajlowe, 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>861,4kcal</b> <b>T:44,4 W:94,4 B:20,4 Bt:16,1</b></p>