

| Posiłek / potrawa / składniki   | Office Box - 3 posiłki<br>(drugie śniadanie,<br>obiad, podwieczorek)   | Office 1600 kcal - 3<br>posiłki (śniadanie,<br>obiad, kolacja)   | 1500 kcal - 5 posiłków   | 2000 kcal - 5 posiłków   | 2500 kcal - 5 posiłków   | 3000 kcal - 5 posiłków   |
|---|--|--|--|--|--|--|
| <b>Śniadanie</b><br>Azjatycka sałatka z makaronem ryżowym i czarną fasolą |  | Makaron ryżowy, Kapusta pekińska, Marchew, Papryka czerwona, Fasola czarna, Pomarańcza, Kolendra (liście), Czosnek, Papryczka chilli, MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), Miód pszczeli, Sok z limonki, Woda<br><br>Alergeny:<br>5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne  | Makaron ryżowy, Kapusta pekińska, Marchew, Papryka czerwona, Fasola czarna, Pomarańcza, Kolendra (liście), Czosnek, Papryczka chilli, MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), Miód pszczeli, Sok z limonki, Woda<br><br>Alergeny:<br>5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne  | Makaron ryżowy, Kapusta pekińska, Marchew, Papryka czerwona, Fasola czarna, Pomarańcza, Kolendra (liście), Czosnek, Papryczka chilli, MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), Miód pszczeli, Sok z limonki, Woda<br><br>Alergeny:<br>5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne  | Makaron ryżowy, Kapusta pekińska, Marchew, Papryka czerwona, Fasola czarna, Pomarańcza, Kolendra (liście), Czosnek, Papryczka chilli, MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), Miód pszczeli, Sok z limonki, Woda<br><br>Alergeny:<br>5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne  | Makaron ryżowy, Kapusta pekińska, Marchew, Papryka czerwona, Fasola czarna, Pomarańcza, Kolendra (liście), Czosnek, Papryczka chilli, MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), Miód pszczeli, Sok z limonki, Woda<br><br>Alergeny:<br>5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne  |
| <b>Drugie śniadanie</b><br>Smoothie z mango                               | Truskawki, Mango, Sok pomarańczowy, Len, nasiona   |  | Truskawki, Mango, Sok pomarańczowy, Len, nasiona   | Truskawki, Mango, Sok pomarańczowy, Len, nasiona   | Truskawki, Mango, Sok pomarańczowy, Len, nasiona   | Truskawki, Mango, Sok pomarańczowy, Len, nasiona   |
| <b>Obiad</b><br>Vege carbonara z pieczoną ciecierzycą                     | SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), Czosnek, Pietruszka, liście, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny<br><br>Alergeny:<br>1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne<br>7. mleko i produkty pochodne | SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), Czosnek, Pietruszka, liście, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny<br><br>Alergeny:<br>1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne<br>7. mleko i produkty pochodne | SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), Czosnek, Pietruszka, liście, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny<br><br>Alergeny:<br>1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne<br>7. mleko i produkty pochodne | SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), Czosnek, Pietruszka, liście, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny<br><br>Alergeny:<br>1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne<br>7. mleko i produkty pochodne | SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), Czosnek, Pietruszka, liście, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny<br><br>Alergeny:<br>1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne<br>7. mleko i produkty pochodne | SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), Czosnek, Pietruszka, liście, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny<br><br>Alergeny:<br>1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne<br>7. mleko i produkty pochodne |
| <b>Podwieczorek</b><br>Zupa ogórkowa                                      | Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), Bulion warzywny, Marchew, SELER KORZENIOWY, Pietruszka, korzeń, Ziemiaki, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA)<br><br>Alergeny:<br>7. mleko i produkty pochodne<br>9. seler i produkty pochodne  |  | Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), Bulion warzywny, Marchew, SELER KORZENIOWY, Pietruszka, korzeń, Ziemiaki, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA)<br><br>Alergeny:<br>7. mleko i produkty pochodne<br>9. seler i produkty pochodne  | Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), Bulion warzywny, Marchew, SELER KORZENIOWY, Pietruszka, korzeń, Ziemiaki, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA)<br><br>Alergeny:<br>7. mleko i produkty pochodne<br>9. seler i produkty pochodne  | Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), Bulion warzywny, Marchew, SELER KORZENIOWY, Pietruszka, korzeń, Ziemiaki, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA)<br><br>Alergeny:<br>7. mleko i produkty pochodne<br>9. seler i produkty pochodne  | Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), Bulion warzywny, Marchew, SELER KORZENIOWY, Pietruszka, korzeń, Ziemiaki, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA)<br><br>Alergeny:<br>7. mleko i produkty pochodne<br>9. seler i produkty pochodne  |

## Kolacja

Bao z duszonymi grzybami i piklami z ogórka i marchewki

BUŁECZKA BAO (mąka PSZENNA, woda, olej rzepakowy, drożdże, JAJA, serwatka w proszku z MLEKA, cukier, sól), Boczniki, Szczypiorek, SOS SOJOWY (woda, ziarno SOI, PSZENICA, sól), Sok pomarańczowy, OLEJ SEZAMOWY, Pieczarka uprawna, świeża, Marchew, Ogórek, Papryczka ostra chili, Miód pszczeli, Ocet ryżowy

### Alergeny:

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
11. nasiona sezamu i produkty pochodne
3. jaja i produkty pochodne
10. gorczyca i produkty pochodne

BUŁECZKA BAO (mąka PSZENNA, woda, olej rzepakowy, drożdże, JAJA, serwatka w proszku z MLEKA, cukier, sól), Boczniki, Szczypiorek, SOS SOJOWY (woda, ziarno SOI, PSZENICA, sól), Sok pomarańczowy, OLEJ SEZAMOWY, Pieczarka uprawna, świeża, Marchew, Ogórek, Papryczka ostra chili, Miód pszczeli, Ocet ryżowy

### Alergeny:

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
11. nasiona sezamu i produkty pochodne
3. jaja i produkty pochodne
10. gorczyca i produkty pochodne

BUŁECZKA BAO (mąka PSZENNA, woda, olej rzepakowy, drożdże, JAJA, serwatka w proszku z MLEKA, cukier, sól), Boczniki, Szczypiorek, SOS SOJOWY (woda, ziarno SOI, PSZENICA, sól), Sok pomarańczowy, OLEJ SEZAMOWY, Pieczarka uprawna, świeża, Marchew, Ogórek, Papryczka ostra chili, Miód pszczeli, Ocet ryżowy

### Alergeny:

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
11. nasiona sezamu i produkty pochodne
3. jaja i produkty pochodne
10. gorczyca i produkty pochodne

BUŁECZKA BAO (mąka PSZENNA, woda, olej rzepakowy, drożdże, JAJA, serwatka w proszku z MLEKA, cukier, sól), Boczniki, Szczypiorek, SOS SOJOWY (woda, ziarno SOI, PSZENICA, sól), Sok pomarańczowy, OLEJ SEZAMOWY, Pieczarka uprawna, świeża, Marchew, Ogórek, Papryczka ostra chili, Miód pszczeli, Ocet ryżowy

### Alergeny:

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
11. nasiona sezamu i produkty pochodne
3. jaja i produkty pochodne
10. gorczyca i produkty pochodne

BUŁECZKA BAO (mąka PSZENNA, woda, olej rzepakowy, drożdże, JAJA, serwatka w proszku z MLEKA, cukier, sól), Boczniki, Szczypiorek, SOS SOJOWY (woda, ziarno SOI, PSZENICA, sól), Sok pomarańczowy, OLEJ SEZAMOWY, Pieczarka uprawna, świeża, Marchew, Ogórek, Papryczka ostra chili, Miód pszczeli, Ocet ryżowy

### Alergeny:

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
11. nasiona sezamu i produkty pochodne
3. jaja i produkty pochodne
10. gorczyca i produkty pochodne