

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
Śniadanie Grahamka z pastą jajeczną		BUŁKA GRAHAMKA (mąka PSZENNA graham, woda, sól, naturalny zakwas ZYTNI), Pomidor, Rukola, JAJA GOTOWANE, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Szczypiorek 472,3kcal T:30,4 W:32,2 B:19,4 Bt:4,4	BUŁKA GRAHAMKA (mąka PSZENNA graham, woda, sól, naturalny zakwas ZYTNI), Pomidor, Rukola, JAJA GOTOWANE, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Szczypiorek 347,9kcal T:19,4 W:31,4 B:14,0 Bt:4,2	BUŁKA GRAHAMKA (mąka PSZENNA graham, woda, sól, naturalny zakwas ZYTNI), Pomidor, Rukola, JAJA GOTOWANE, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Szczypiorek 472,3kcal T:30,4 W:32,2 B:19,4 Bt:4,4	BUŁKA GRAHAMKA (mąka PSZENNA graham, woda, sól, naturalny zakwas ZYTNI), Pomidor, Rukola, JAJA GOTOWANE, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Szczypiorek 472,3kcal T:30,4 W:32,2 B:19,4 Bt:4,4	BUŁKA GRAHAMKA (mąka PSZENNA graham, woda, sól, naturalny zakwas ZYTNI), Pomidor, Rukola, JAJA GOTOWANE, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Szczypiorek 679,2kcal T:37,3 W:62,7 B:27,3 Bt:8,4
Drugie śniadanie Sałatka z pomidorem, mozzarellą i bazyliowym vinegrette	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorii), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Pomidor, Ogórek, Ocet balsamiczny, Oliwa z oliwek, Bazylia świeża, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 274,7kcal T:18,5 W:13,7 B:14,1 Bt:1,9	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorii), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Pomidor, Ogórek, Ocet balsamiczny, Oliwa z oliwek, Bazylia świeża, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 219,8kcal T:14,8 W:10,9 B:11,3 Bt:1,5	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorii), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Pomidor, Ogórek, Ocet balsamiczny, Oliwa z oliwek, Bazylia świeża, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 219,8kcal T:14,8 W:10,9 B:11,3 Bt:1,5	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorii), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Pomidor, Ogórek, Ocet balsamiczny, Oliwa z oliwek, Bazylia świeża, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 274,7kcal T:18,5 W:13,7 B:14,1 Bt:1,9	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorii), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Pomidor, Ogórek, Ocet balsamiczny, Oliwa z oliwek, Bazylia świeża, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 274,7kcal T:18,5 W:13,7 B:14,1 Bt:1,9	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorii), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Pomidor, Ogórek, Ocet balsamiczny, Oliwa z oliwek, Bazylia świeża, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 274,7kcal T:18,5 W:13,7 B:14,1 Bt:1,9
Obiad Tofu tikka masala, złoty ryż, warzywa na parze	Ryż biały, Kurkuma, Czarnuszka, TOFU NATURALNE (woda, ziarna SOI), Pomidory z puszeki (krojone), Cebula, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Oliwa z oliwek, Czosnek, Kolendra (liście), SEZAM, NASIONA, Brokuły, Marchew, Oliwa z oliwek Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne 642,5kcal T:34,0 W:66,1 B:24,2 Bt:9,0	Ryż biały, Kurkuma, Czarnuszka, TOFU NATURALNE (woda, ziarna SOI), Pomidory z puszeki (krojone), Cebula, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Oliwa z oliwek, Czosnek, Kolendra (liście), SEZAM, NASIONA, Brokuły, Marchew, Oliwa z oliwek Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne 633,2kcal T:33,2 W:65,8 B:23,8 Bt:8,9	Ryż biały, Kurkuma, Czarnuszka, TOFU NATURALNE (woda, ziarna SOI), Pomidory z puszeki (krojone), Cebula, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Oliwa z oliwek, Czosnek, Kolendra (liście), SEZAM, NASIONA, Brokuły, Marchew, Oliwa z oliwek Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne 449,3kcal T:23,9 W:46,2 B:17,0 Bt:7,0	Ryż biały, Kurkuma, Czarnuszka, TOFU NATURALNE (woda, ziarna SOI), Pomidory z puszeki (krojone), Cebula, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Oliwa z oliwek, Czosnek, Kolendra (liście), SEZAM, NASIONA, Brokuły, Marchew, Oliwa z oliwek Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne 633,2kcal T:33,2 W:65,8 B:23,8 Bt:8,9	Ryż biały, Kurkuma, Czarnuszka, TOFU NATURALNE (woda, ziarna SOI), Pomidory z puszeki (krojone), Cebula, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Oliwa z oliwek, Czosnek, Kolendra (liście), SEZAM, NASIONA, Brokuły, Marchew, Oliwa z oliwek Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne 771,1kcal T:38,9 W:83,9 B:28,4 Bt:10,2	Ryż biały, Kurkuma, Czarnuszka, TOFU NATURALNE (woda, ziarna SOI), Pomidory z puszeki (krojone), Cebula, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Oliwa z oliwek, Czosnek, Kolendra (liście), SEZAM, NASIONA, Brokuły, Marchew, Oliwa z oliwek Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne 955,0kcal T:48,3 W:103,5 B:35,2 Bt:12,2

<p>Podwieczorek Zupa buraczkowa</p>	<p>Bulion warzywny, Ziemiaki, Sok cytrynowy, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Pietruszka, liście, Pietruszka, korzeń, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Czosnek, Cukier, Cebula, mrożona, Burak tarty</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>187,4kcal T:7,7 W:26,5 B:3,5 Bt:3,2</p>	<p>Bulion warzywny, Ziemiaki, Sok cytrynowy, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Pietruszka, liście, Pietruszka, korzeń, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Czosnek, Cukier, Cebula, mrożona, Burak tarty</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>187,4kcal T:7,7 W:26,5 B:3,5 Bt:3,2</p>	<p>Bulion warzywny, Ziemiaki, Sok cytrynowy, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Pietruszka, liście, Pietruszka, korzeń, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Czosnek, Cukier, Cebula, mrożona, Burak tarty</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>187,4kcal T:7,7 W:26,5 B:3,5 Bt:3,2</p>	<p>Bulion warzywny, Ziemiaki, Sok cytrynowy, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Pietruszka, liście, Pietruszka, korzeń, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Czosnek, Cukier, Cebula, mrożona, Burak tarty</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>283,7kcal T:11,7 W:40,1 B:5,3 Bt:4,8</p>	<p>Bulion warzywny, Ziemiaki, Sok cytrynowy, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Pietruszka, liście, Pietruszka, korzeń, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Czosnek, Cukier, Cebula, mrożona, Burak tarty</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>283,7kcal T:11,7 W:40,1 B:5,3 Bt:4,8</p>
<p>Kolacja Makaron kokardki z jagodami i słodką śmietanką</p>	<p>Czarne jagody, MAKARON KOKARDKI (mąka z PSZENICY durum, woda), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Miód pszczeli</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>622,6kcal T:18,5 W:100,1 B:14,7 Bt:4,1</p>	<p>Czarne jagody, MAKARON KOKARDKI (mąka z PSZENICY durum, woda), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Miód pszczeli</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>383,1kcal T:11,4 W:61,6 B:9,0 Bt:2,5</p>	<p>Czarne jagody, MAKARON KOKARDKI (mąka z PSZENICY durum, woda), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Miód pszczeli</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>622,6kcal T:18,5 W:100,1 B:14,7 Bt:4,1</p>	<p>Czarne jagody, MAKARON KOKARDKI (mąka z PSZENICY durum, woda), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Miód pszczeli</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>718,4kcal T:21,3 W:115,5 B:17,0 Bt:4,8</p>	<p>Czarne jagody, MAKARON KOKARDKI (mąka z PSZENICY durum, woda), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Miód pszczeli</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>766,3kcal T:22,8 W:123,2 B:18,1 Bt:5,1</p>