

Posiłek / potrawa / składniki	1800 kcal - 5 posiłków	2700 kcal - 5 posiłków	3500 kcal - 5 posiłków
<b>Śniadanie</b> Safatka z boczkiem, brokułami i fetą	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Dynia, pestki, łuskane, Boczek wędzony bez kości (boczek wieprzowy (94%), sól, białko wieprzowe, glukoza, substancja konserwująca: azotyn sodu), Brokuły, Oliwa z oliwek, Erytrytol, Sok cytrynowy, Koper ogrodowy</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>413,5kcal</b> <b>T:33,9 W:6,9 B:21,4 Bł:2,7</b></p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Dynia, pestki, łuskane, Boczek wędzony bez kości (boczek wieprzowy (94%), sól, białko wieprzowe, glukoza, substancja konserwująca: azotyn sodu), Brokuły, Oliwa z oliwek, Erytrytol, Sok cytrynowy, Koper ogrodowy</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>537,6kcal</b> <b>T:44,1 W:9,0 B:27,9 Bł:3,5</b></p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Dynia, pestki, łuskane, Boczek wędzony bez kości (boczek wieprzowy (94%), sól, białko wieprzowe, glukoza, substancja konserwująca: azotyn sodu), Brokuły, Oliwa z oliwek, Erytrytol, Sok cytrynowy, Koper ogrodowy</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>661,7kcal</b> <b>T:54,3 W:11,1 B:34,3 Bł:4,3</b></p>
<b>Drugie śniadanie</b> Keto koktajl wiśniowo-kakaowy	<p>Woda, Erytrytol, Wiśnie bez pestek, mrożone, Mleko kokosowe, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Kakao 16%, proszek</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>258,4kcal</b> <b>T:21,1 W:14,5 B:3,1 Bł:1,1</b></p>	<p>Woda, Erytrytol, Wiśnie bez pestek, mrożone, Mleko kokosowe, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Kakao 16%, proszek</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>406,0kcal</b> <b>T:33,2 W:22,8 B:4,9 Bł:1,8</b></p>	<p>Woda, Erytrytol, Wiśnie bez pestek, mrożone, Mleko kokosowe, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Kakao 16%, proszek</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>406,0kcal</b> <b>T:33,2 W:22,8 B:4,9 Bł:1,8</b></p>
<b>Obiad</b> Wieprzowe ragu, kiszzone ogórki	<p>SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Ogórki kiszzone (ogórek gruntowy, sól), Szczypiorek, Olej rzepakowy, Cebula, mrożona, Wieprzowina, łopatką, Czosnek, Koncentrat pomidorowy, 30%, Pomidory z puszkki (krojone), Marchew, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Oliwa z oliwek, SELER NACIOWY, Wino czerwone</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne</p> <p><b>511,6kcal</b> <b>T:31,6 W:5,7 B:46,9 Bł:1,7</b></p>	<p>SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Ogórki kiszzone (ogórek gruntowy, sól), Szczypiorek, Olej rzepakowy, Cebula, mrożona, Wieprzowina, łopatką, Czosnek, Koncentrat pomidorowy, 30%, Pomidory z puszkki (krojone), Marchew, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Oliwa z oliwek, SELER NACIOWY, Wino czerwone</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne</p> <p><b>817,9kcal</b> <b>T:49,2 W:9,1 B:77,9 Bł:2,5</b></p>	<p>SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Ogórki kiszzone (ogórek gruntowy, sól), Szczypiorek, Olej rzepakowy, Cebula, mrożona, Wieprzowina, łopatką, Czosnek, Koncentrat pomidorowy, 30%, Pomidory z puszkki (krojone), Marchew, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Oliwa z oliwek, SELER NACIOWY, Wino czerwone</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne</p> <p><b>1 001,6kcal</b> <b>T:59,8 W:11,1 B:96,5 Bł:2,9</b></p>
<b>Podwieczorek</b> Krem sernikowy z nasionami	<p>MASCARPONE (śmietanka z MLEKA, regulator kwasowości: kwas cytrynowy), Erytrytol, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), Ekstrakt waniliowy, MIGDAŁY W PŁATKACH, Słonecznik, nasiona, łuskane, Dynia, pestki, łuskane</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>236,6kcal</b> <b>T:19,8 W:3,5 B:10,6 Bł:0,3</b></p>	<p>MASCARPONE (śmietanka z MLEKA, regulator kwasowości: kwas cytrynowy), Erytrytol, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), Ekstrakt waniliowy, MIGDAŁY W PŁATKACH, Słonecznik, nasiona, łuskane, Dynia, pestki, łuskane</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>315,5kcal</b> <b>T:26,4 W:4,7 B:14,1 Bł:0,5</b></p>	<p>MASCARPONE (śmietanka z MLEKA, regulator kwasowości: kwas cytrynowy), Erytrytol, SEREK HOMOGENIZOWANY, homogenizowany, pełnotłusty (SER TWAROGOWY, białka serwatkowe Z MLEKA, białka JAJA kurzego), Ekstrakt waniliowy, MIGDAŁY W PŁATKACH, Słonecznik, nasiona, łuskane, Dynia, pestki, łuskane</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>552,2kcal</b> <b>T:46,2 W:8,3 B:24,7 Bł:0,8</b></p>
<b>Kolacja</b> Schab w sosie śmietankowym, surówka z ogórka i rzodkiewki	<p>Wieprzowina, schab surowy bez kości, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Olej rzepakowy, Cebula, mrożona, Pietruszka, liście, Ogórek, Rzodkiewka, Olej rzepakowy, Szczypiorek</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>401,8kcal</b> <b>T:26,2 W:5,8 B:36,3 Bł:1,6</b></p>	<p>Wieprzowina, schab surowy bez kości, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Olej rzepakowy, Cebula, mrożona, Pietruszka, liście, Ogórek, Rzodkiewka, Olej rzepakowy, Szczypiorek</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>607,1kcal</b> <b>T:38,9 W:7,4 B:57,6 Bł:1,8</b></p>	<p>Wieprzowina, schab surowy bez kości, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Olej rzepakowy, Cebula, mrożona, Pietruszka, liście, Ogórek, Rzodkiewka, Olej rzepakowy, Szczypiorek</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p><b>880,9kcal</b> <b>T:55,8 W:9,5 B:86,0 Bł:2,1</b></p>