

Posiłek / potrawa / składniki	1800 kcal - 5 posiłków	2500 kcal - 5 posiłków	3500 kcal - 6 posiłków
Śniadanie Kokosowy ryż z brzoskwinią	CZEKOLADA BIAŁA (Cukier, tłuszcz kakaowy, MLEKO pełne w proszku, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy), Ryż biały, Cukier, Ekstrakt waniliowy, Sok cytrynowy, Mleko kokosowe, Wiórki kokosowe, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 445,9kcal T:13,0 W:75,8 B:7,3 Bt:4,8	CZEKOLADA BIAŁA (Cukier, tłuszcz kakaowy, MLEKO pełne w proszku, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy), Ryż biały, Cukier, Ekstrakt waniliowy, Sok cytrynowy, Mleko kokosowe, Wiórki kokosowe, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 509,6kcal T:14,8 W:86,6 B:8,4 Bt:5,5	CZEKOLADA BIAŁA (Cukier, tłuszcz kakaowy, MLEKO pełne w proszku, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy), Ryż biały, Cukier, Ekstrakt waniliowy, Sok cytrynowy, Mleko kokosowe, Wiórki kokosowe, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 509,6kcal T:14,8 W:86,6 B:8,4 Bt:5,5
Drugie śniadanie Ajwar z kremowym serkiem, nachosy	Tortilla chips NACHOS solone (mąka kukurydziana, olej słonecznikowy, sól), SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Ajwar (papryka czerwona, bakłażan, cukinia) Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 231,2kcal T:16,7 W:14,7 B:4,4	Tortilla chips NACHOS solone (mąka kukurydziana, olej słonecznikowy, sól), SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Ajwar (papryka czerwona, bakłażan, cukinia) Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 289,5kcal T:22,0 W:15,9 B:5,9	Tortilla chips NACHOS solone (mąka kukurydziana, olej słonecznikowy, sól), SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), Ajwar (papryka czerwona, bakłażan, cukinia) Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 289,5kcal T:22,0 W:15,9 B:5,9
Obiad Spaghetti bolognese	SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), Bazylia świeża, Cebula, Czosnek, Marchew, SELER KORZENIOWY, Oliwa z oliwek, Passata pomidorowa (przecier), Wieprzowina, łopatką mielone, Cynamon, Ocet balsamiczny 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 9. seler i produkty pochodne 586,6kcal T:22,1 W:47,0 B:50,2 Bt:5,7	SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), Bazylia świeża, Cebula, Czosnek, Marchew, SELER KORZENIOWY, Oliwa z oliwek, Passata pomidorowa (przecier), Wieprzowina, łopatką mielone, Cynamon, Ocet balsamiczny 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 9. seler i produkty pochodne 759,5kcal T:25,1 W:73,8 B:59,5 Bt:7,3	SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), MAKARON SPAGHETTI (mąka z PSZENICY durum, woda), Bazylia świeża, Cebula, Czosnek, Marchew, SELER KORZENIOWY, Oliwa z oliwek, Passata pomidorowa (przecier), Wieprzowina, łopatką mielone, Cynamon, Ocet balsamiczny 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 9. seler i produkty pochodne 759,5kcal T:25,1 W:73,8 B:59,5 Bt:7,3
Obiad II Fileciki z kurczaka w kremowym sosie, pęczak, Coleslaw			KASZA JĘCZMIENNA, PEĆZAK, Kapusta biała, Marchew, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Czosnek, Bulion warzywny, Pietruszka, liście, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA) Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 961,4kcal T:44,3 W:69,1 B:74,2 Bt:6,3
Podwieczorek Czekoladowy krem z ciecierzycy z śliwką	Śliwki bez pestek, mrożone, Miód pszczeli, Kakao 16%, proszek, Daktyle, suszone, Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), Odżywka białkowa 225,6kcal T:4,9 W:23,9 B:21,4 Bt:3,2	Śliwki bez pestek, mrożone, Miód pszczeli, Kakao 16%, proszek, Daktyle, suszone, Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), Odżywka białkowa 347,2kcal T:7,6 W:36,8 B:33,0 Bt:4,9	Śliwki bez pestek, mrożone, Miód pszczeli, Kakao 16%, proszek, Daktyle, suszone, Ciecierzycza (woda, cieciorka, sól), Odżywka białkowa 347,2kcal T:7,6 W:36,8 B:33,0 Bt:4,9

Kolacja

Sałatka ryżowa z kurczakiem, suszonymi pomidorami i pietruszką

Ryż biały, Czosnek, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście, Szpinak

407,8kcal
T:3,8 W:62,1 B:32,1 Bt:4,0

Ryż biały, Czosnek, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście, Szpinak

531,9kcal
T:5,0 W:81,0 B:41,9 Bt:5,2

Ryż biały, Czosnek, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście, Szpinak

664,9kcal
T:6,3 W:101,3 B:52,3 Bt:6,6