

Posiłek / potrawa / składniki	1800 kcal - 5 posiłków	2500 kcal - 5 posiłków	3500 kcal - 6 posiłków
<p>Śniadanie Nicejska pasta z tuńczyka, chleb żytni</p>	<p>CHLEB ŻYJNI JASNY (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYJNI), Pomidor, TUŃCZYK W SOSIE WŁASNYM (TUŃCZYK kawałki, olej słonecznikowy, sól), JAJA GOTOWANE, Koper ogrodowy, Oliwki czarne, Cebula czerwona, Kapary (kapary, woda, sól, ocet), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar)</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 3. jaja i produkty pochodne 4. ryby i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>CHLEB ŻYJNI JASNY (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYJNI), Pomidor, TUŃCZYK W SOSIE WŁASNYM (TUŃCZYK kawałki, olej słonecznikowy, sól), JAJA GOTOWANE, Koper ogrodowy, Oliwki czarne, Cebula czerwona, Kapary (kapary, woda, sól, ocet), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar)</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 3. jaja i produkty pochodne 4. ryby i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>CHLEB ŻYJNI JASNY (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYJNI), Pomidor, TUŃCZYK W SOSIE WŁASNYM (TUŃCZYK kawałki, olej słonecznikowy, sól), JAJA GOTOWANE, Koper ogrodowy, Oliwki czarne, Cebula czerwona, Kapary (kapary, woda, sól, ocet), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar)</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 3. jaja i produkty pochodne 4. ryby i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>
<p>Drugie śniadanie Koktajl kawowy z bananem</p>	<p>MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Banan, Kawa, napar bez cukru, Daktyl, suszone, Odżywka białkowa</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Banan, Kawa, napar bez cukru, Daktyl, suszone, Odżywka białkowa</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Banan, Kawa, napar bez cukru, Daktyl, suszone, Odżywka białkowa</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>
<p>Obiad Czerwone curry z kurczakiem, ryż biały</p>	<p>Ryż biały, Czarnuszka, Marchew mini, Czosnek, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Olej rzepakowy, Papryczka ostra chili, Imbir świeży, Cebula czerwona, Mleko kokosowe, Fasolka szparagowa, mrożona, Pasta curry czerwona (czerwone, suszone chili, trawa cytrynowa, czosnek, szalotka, sól, skórka kaffir limettki, galanga)</p>	<p>Ryż biały, Czarnuszka, Marchew mini, Czosnek, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Olej rzepakowy, Papryczka ostra chili, Imbir świeży, Cebula czerwona, Mleko kokosowe, Fasolka szparagowa, mrożona, Pasta curry czerwona (czerwone, suszone chili, trawa cytrynowa, czosnek, szalotka, sól, skórka kaffir limettki, galanga)</p>	<p>Ryż biały, Czarnuszka, Marchew mini, Czosnek, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Olej rzepakowy, Papryczka ostra chili, Imbir świeży, Cebula czerwona, Mleko kokosowe, Fasolka szparagowa, mrożona, Pasta curry czerwona (czerwone, suszone chili, trawa cytrynowa, czosnek, szalotka, sól, skórka kaffir limettki, galanga)</p>
<p>Obiad II Eskalopki ze schabu w sosie z suszonych pomidorów, kluski śląskie, surówka z ogórków kiszonych</p>			<p>KLUSKI ŚLĄSKIE (ziemniaki, skrobia ziemniaczana, masa JAJOWA, płatki ziemniaczane, woda), Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), Szcypiorek, Olej rzepakowy, Wierzowina, schab surowy bez kości, Cebula, mrożona, Olej rzepakowy, Czosnek, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>
<p>Podwieczorek Sałatka makaronowa z papryką i korniszonem</p>	<p>Kiełki rzodkiewki, MAKARON grandine (mąka z PSZENICY durum, woda), Ogórki, konserwowe (ogórki, woda, cukier, ocet spirytusowy, sól, koper), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Szcypiorek, Papryka czerwona</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Kiełki rzodkiewki, MAKARON grandine (mąka z PSZENICY durum, woda), Ogórki, konserwowe (ogórki, woda, cukier, ocet spirytusowy, sól, koper), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Szcypiorek, Papryka czerwona</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Kiełki rzodkiewki, MAKARON grandine (mąka z PSZENICY durum, woda), Ogórki, konserwowe (ogórki, woda, cukier, ocet spirytusowy, sól, koper), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Szcypiorek, Papryka czerwona</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>
<p>Kolacja Szarpana wieprzowina w sosie BBQ, tacos, Coleslaw</p>	<p>Tacosy (mąka kukurydziana, woda, olej słonecznikowy, sól), Wino czerwone, Wierzowina, łopatką, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Cukier, Ketchup (woda, koncentrat pomidorowy, cukier, ocet spirytusowy, skrobia modyfikowana kukurydziana, sól, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, przyprawy: imbir, cebula, pieprz biały, goździki, cynamon, ekstrakt drożdżowy, naturalny aromat cebulowy), SOS WORCHESTERSHIRE (woda, ekstrakt z tamaryndowca, ocet, sos SOJOWY, ocet, cebula, sól, czosnek, goździki, pieprz czarny, papryka chili), Kapusta biała, Marchew, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar)</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 6. soja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Tacosy (mąka kukurydziana, woda, olej słonecznikowy, sól), Wino czerwone, Wierzowina, łopatką, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Cukier, Ketchup (woda, koncentrat pomidorowy, cukier, ocet spirytusowy, skrobia modyfikowana kukurydziana, sól, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, przyprawy: imbir, cebula, pieprz biały, goździki, cynamon, ekstrakt drożdżowy, naturalny aromat cebulowy), SOS WORCHESTERSHIRE (woda, ekstrakt z tamaryndowca, ocet, sos SOJOWY, ocet, cebula, sól, czosnek, goździki, pieprz czarny, papryka chili), Kapusta biała, Marchew, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar)</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 6. soja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Tacosy (mąka kukurydziana, woda, olej słonecznikowy, sól), Wino czerwone, Wierzowina, łopatką, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Cukier, Ketchup (woda, koncentrat pomidorowy, cukier, ocet spirytusowy, skrobia modyfikowana kukurydziana, sól, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, przyprawy: imbir, cebula, pieprz biały, goździki, cynamon, ekstrakt drożdżowy, naturalny aromat cebulowy), SOS WORCHESTERSHIRE (woda, ekstrakt z tamaryndowca, ocet, sos SOJOWY, ocet, cebula, sól, czosnek, goździki, pieprz czarny, papryka chili), Kapusta biała, Marchew, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar)</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 6. soja i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>