

Posiłek / potrawa / składniki	Office Box - 3 posiłki (drugie śniadanie, obiad, podwieczerek)	Office 1600 kcal - 3 posiłki (śniadanie, obiad, kolacja)	1500 kcal - 5 posiłków	2000 kcal - 5 posiłków	2500 kcal - 5 posiłków	3000 kcal - 5 posiłków
<p>Śniadanie Pasta z wędzonej makreli z ogórkiem kiszonym i koperkiem, chleb żytni</p>		<p>CHLEB ŻYTNIA JASNY (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNIA), Pomidor, MAKRELA, wędzona, Ogórki, konserwowe (ogórki, woda, cukier, ocet spirytusowy, sól, koper), Koper ogrodowy, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), JAJA GOTOWANE</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 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p>482,4kcal T:17,8 W:63,9 B:19,1 Bt:5,1</p>	<p>CHLEB ŻYTNIA JASNY (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNIA), Pomidor, MAKRELA, wędzona, Ogórki, konserwowe (ogórki, woda, cukier, ocet spirytusowy, sól, koper), Koper ogrodowy, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), JAJA GOTOWANE</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 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p>365,2kcal T:15,0 W:43,6 B:15,6 Bt:3,6</p>	<p>CHLEB ŻYTNIA JASNY (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNIA), Pomidor, MAKRELA, wędzona, Ogórki, konserwowe (ogórki, woda, cukier, ocet spirytusowy, sól, koper), Koper ogrodowy, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), JAJA GOTOWANE</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 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p>482,4kcal T:17,8 W:63,9 B:19,1 Bt:5,1</p>	<p>CHLEB ŻYTNIA JASNY (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNIA), Pomidor, MAKRELA, wędzona, Ogórki, konserwowe (ogórki, woda, cukier, ocet spirytusowy, sól, koper), Koper ogrodowy, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), JAJA GOTOWANE</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 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p>482,4kcal T:17,8 W:63,9 B:19,1 Bt:5,1</p>	<p>CHLEB ŻYTNIA JASNY (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNIA), Pomidor, MAKRELA, wędzona, Ogórki, konserwowe (ogórki, woda, cukier, ocet spirytusowy, sól, koper), Koper ogrodowy, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), JAJA GOTOWANE</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 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p> <p>736,1kcal T:31,2 W:85,3 B:31,9 Bt:6,7</p>
<p>Drugie śniadanie Zupa kalafiorowa</p>	<p>Cebula, mrożona, Kalafior, Marchew, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Oliwa z oliwek, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Szcypiorek, Bulion warzywny, Koper ogrodowy</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>295,4kcal T:20,1 W:23,3 B:7,9 Bt:8,0</p>	<p>Cebula, mrożona, Kalafior, Marchew, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Oliwa z oliwek, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Szcypiorek, Bulion warzywny, Koper ogrodowy</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>189,0kcal T:12,9 W:14,9 B:5,0 Bt:5,1</p>	<p>Cebula, mrożona, Kalafior, Marchew, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Oliwa z oliwek, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Szcypiorek, Bulion warzywny, Koper ogrodowy</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>189,0kcal T:12,9 W:14,9 B:5,0 Bt:5,1</p>	<p>Cebula, mrożona, Kalafior, Marchew, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Oliwa z oliwek, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Szcypiorek, Bulion warzywny, Koper ogrodowy</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>189,0kcal T:12,9 W:14,9 B:5,0 Bt:5,1</p>	<p>Cebula, mrożona, Kalafior, Marchew, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Oliwa z oliwek, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Szcypiorek, Bulion warzywny, Koper ogrodowy</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>295,4kcal T:20,1 W:23,3 B:7,9 Bt:8,0</p>	<p>Cebula, mrożona, Kalafior, Marchew, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Oliwa z oliwek, ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Szcypiorek, Bulion warzywny, Koper ogrodowy</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>295,4kcal T:20,1 W:23,3 B:7,9 Bt:8,0</p>
<p>Obiad Karkówka w zielonych warzywach, kasza gryczana</p>	<p>Kasza gryczana, Wieprzowina, karkówka, Fasolka szparagowa, mrożona, Pietruszka, liście, Groszek zielony, mrożony, Cebula, mrożona, Cukinia, Bulion warzywny</p> <p>695,6kcal T:31,1 W:57,2 B:50,7 Bt:8,7</p>	<p>Kasza gryczana, Wieprzowina, karkówka, Fasolka szparagowa, mrożona, Pietruszka, liście, Groszek zielony, mrożony, Cebula, mrożona, Cukinia, Bulion warzywny</p> <p>695,6kcal T:31,1 W:57,2 B:50,7 Bt:8,7</p>	<p>Kasza gryczana, Wieprzowina, karkówka, Fasolka szparagowa, mrożona, Pietruszka, liście, Groszek zielony, mrożony, Cebula, mrożona, Cukinia, Bulion warzywny</p> <p>504,5kcal T:23,1 W:39,4 B:37,4 Bt:6,2</p>	<p>Kasza gryczana, Wieprzowina, karkówka, Fasolka szparagowa, mrożona, Pietruszka, liście, Groszek zielony, mrożony, Cebula, mrożona, Cukinia, Bulion warzywny</p> <p>695,6kcal T:31,1 W:57,2 B:50,7 Bt:8,7</p>	<p>Kasza gryczana, Wieprzowina, karkówka, Fasolka szparagowa, mrożona, Pietruszka, liście, Groszek zielony, mrożony, Cebula, mrożona, Cukinia, Bulion warzywny</p> <p>886,7kcal T:39,0 W:74,9 B:64,0 Bt:11,2</p>	<p>Kasza gryczana, Wieprzowina, karkówka, Fasolka szparagowa, mrożona, Pietruszka, liście, Groszek zielony, mrożony, Cebula, mrożona, Cukinia, Bulion warzywny</p> <p>1 077,8kcal T:47,0 W:92,7 B:77,3 Bt:13,7</p>

<p>Podwieczorek Smoothie bananowo-jabłkowe</p>	<p>Banan, Jabłko, Sok cytrynowy, Woda, Szpinak</p> <p>179,3kcal T:0,7 W:43,0 B:2,1 Bł:3,9</p>		<p>Banan, Jabłko, Sok cytrynowy, Woda, Szpinak</p> <p>179,3kcal T:0,7 W:43,0 B:2,1 Bł:3,9</p>	<p>Banan, Jabłko, Sok cytrynowy, Woda, Szpinak</p> <p>179,3kcal T:0,7 W:43,0 B:2,1 Bł:3,9</p>	<p>Banan, Jabłko, Sok cytrynowy, Woda, Szpinak</p> <p>259,9kcal T:1,1 W:62,3 B:3,1 Bł:5,7</p>	<p>Banan, Jabłko, Sok cytrynowy, Woda, Szpinak</p> <p>259,9kcal T:1,1 W:62,3 B:3,1 Bł:5,7</p>
<p>Kolacja Satay z kurczaka z sosem orzechowym i orientalną sałatką</p>	<p>Mleko kokosowe, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Kolendra (liście), Kminek, Kurkuma, Miód pszczeli, Pasta curry czerwona (czerwone, suszone chili, trawa cytrynowa, czosnek, szalotka, sól, skórka kaffir limettki, galanga), Mleko kokosowe, MASŁO ORZECHOWE (ORZECZY ARACHIDOWE 100%), Miód pszczeli, Ocet jabłkowy, Ogórek, Marchew, Papryka czerwona, ORZECZY ARACHIDOWE</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p> <p>556,6kcal T:30,3 W:17,1 B:54,0 Bł:3,2</p>	<p>Mleko kokosowe, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Kolendra (liście), Kminek, Kurkuma, Miód pszczeli, Pasta curry czerwona (czerwone, suszone chili, trawa cytrynowa, czosnek, szalotka, sól, skórka kaffir limettki, galanga), Mleko kokosowe, MASŁO ORZECHOWE (ORZECZY ARACHIDOWE 100%), Miód pszczeli, Ocet jabłkowy, Ogórek, Marchew, Papryka czerwona, ORZECZY ARACHIDOWE</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p> <p>371,2kcal T:20,1 W:12,9 B:35,0 Bł:2,7</p>	<p>Mleko kokosowe, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Kolendra (liście), Kminek, Kurkuma, Miód pszczeli, Pasta curry czerwona (czerwone, suszone chili, trawa cytrynowa, czosnek, szalotka, sól, skórka kaffir limettki, galanga), Mleko kokosowe, MASŁO ORZECHOWE (ORZECZY ARACHIDOWE 100%), Miód pszczeli, Ocet jabłkowy, Ogórek, Marchew, Papryka czerwona, ORZECZY ARACHIDOWE</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p> <p>556,6kcal T:30,3 W:17,1 B:54,0 Bł:3,2</p>	<p>Mleko kokosowe, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Kolendra (liście), Kminek, Kurkuma, Miód pszczeli, Pasta curry czerwona (czerwone, suszone chili, trawa cytrynowa, czosnek, szalotka, sól, skórka kaffir limettki, galanga), Mleko kokosowe, MASŁO ORZECHOWE (ORZECZY ARACHIDOWE 100%), Miód pszczeli, Ocet jabłkowy, Ogórek, Marchew, Papryka czerwona, ORZECZY ARACHIDOWE</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p> <p>640,8kcal T:34,9 W:19,0 B:62,7 Bł:3,4</p>	<p>Mleko kokosowe, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Kolendra (liście), Kminek, Kurkuma, Miód pszczeli, Pasta curry czerwona (czerwone, suszone chili, trawa cytrynowa, czosnek, szalotka, sól, skórka kaffir limettki, galanga), Mleko kokosowe, MASŁO ORZECHOWE (ORZECZY ARACHIDOWE 100%), Miód pszczeli, Ocet jabłkowy, Ogórek, Marchew, Papryka czerwona, ORZECZY ARACHIDOWE</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p> <p>725,1kcal T:39,5 W:20,9 B:71,4 Bł:3,7</p>	<p>Mleko kokosowe, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Kolendra (liście), Kminek, Kurkuma, Miód pszczeli, Pasta curry czerwona (czerwone, suszone chili, trawa cytrynowa, czosnek, szalotka, sól, skórka kaffir limettki, galanga), Mleko kokosowe, MASŁO ORZECHOWE (ORZECZY ARACHIDOWE 100%), Miód pszczeli, Ocet jabłkowy, Ogórek, Marchew, Papryka czerwona, ORZECZY ARACHIDOWE</p> <p>Alergeny: 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p> <p>725,1kcal T:39,5 W:20,9 B:71,4 Bł:3,7</p>