

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 Sałatka kurczakowa z ogórkiem kiszonym z chlebem razowym ze słonecznikiem		CHLEB ŻYTNIA JASNY ze słonecznikiem (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNIA), Rukola, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól) 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 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	CHLEB ŻYTNIA JASNY ze słonecznikiem (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNIA), Rukola, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól) 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 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	CHLEB ŻYTNIA JASNY ze słonecznikiem (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNIA), Rukola, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól) 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 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	CHLEB ŻYTNIA JASNY ze słonecznikiem (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNIA), Rukola, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól) 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 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	CHLEB ŻYTNIA JASNY ze słonecznikiem (mąka ŻYTNIA razowa, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNIA), Rukola, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól) 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 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne
Drugie śniadanie Smoothie marchewkowo-malinowe	Sok marchwiowy, Maliny, mrożone, Brzoskwinia, świeża, Banan		Sok marchwiowy, Maliny, mrożone, Brzoskwinia, świeża, Banan	Sok marchwiowy, Maliny, mrożone, Brzoskwinia, świeża, Banan	Sok marchwiowy, Maliny, mrożone, Brzoskwinia, świeża, Banan	Sok marchwiowy, Maliny, mrożone, Brzoskwinia, świeża, Banan
Obiad Kurczak w jogurtowej marynacie ziołowej z ryżem, pieczone warzywa	Ryż brązowy, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Oliwa z oliwek, Czosnek, Estragon, Koper ogrodowy, Mięta świeża, Pietruszka, liście, Papryka czerwona, Cukinia, Marchew, Oliwa z oliwek Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Ryż brązowy, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Oliwa z oliwek, Czosnek, Estragon, Koper ogrodowy, Mięta świeża, Pietruszka, liście, Papryka czerwona, Cukinia, Marchew, Oliwa z oliwek Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Ryż brązowy, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Oliwa z oliwek, Czosnek, Estragon, Koper ogrodowy, Mięta świeża, Pietruszka, liście, Papryka czerwona, Cukinia, Marchew, Oliwa z oliwek Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Ryż brązowy, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Oliwa z oliwek, Czosnek, Estragon, Koper ogrodowy, Mięta świeża, Pietruszka, liście, Papryka czerwona, Cukinia, Marchew, Oliwa z oliwek Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Ryż brązowy, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Oliwa z oliwek, Czosnek, Estragon, Koper ogrodowy, Mięta świeża, Pietruszka, liście, Papryka czerwona, Cukinia, Marchew, Oliwa z oliwek Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Ryż brązowy, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Oliwa z oliwek, Czosnek, Estragon, Koper ogrodowy, Mięta świeża, Pietruszka, liście, Papryka czerwona, Cukinia, Marchew, Oliwa z oliwek Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
Podwieczorek Pęczak z cukinią, pomidorami i rodzynkami	KASZA JĘCZMIENNA, PĘCZAK, Cukinia, Oliwa z oliwek, Pomidor, Rodzynki, suszone Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne	KASZA JĘCZMIENNA, PĘCZAK, Cukinia, Oliwa z oliwek, Pomidor, Rodzynki, suszone Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne	KASZA JĘCZMIENNA, PĘCZAK, Cukinia, Oliwa z oliwek, Pomidor, Rodzynki, suszone Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne	KASZA JĘCZMIENNA, PĘCZAK, Cukinia, Oliwa z oliwek, Pomidor, Rodzynki, suszone Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne	KASZA JĘCZMIENNA, PĘCZAK, Cukinia, Oliwa z oliwek, Pomidor, Rodzynki, suszone Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne	KASZA JĘCZMIENNA, PĘCZAK, Cukinia, Oliwa z oliwek, Pomidor, Rodzynki, suszone Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne

Kolacja

Bowl z kurczakiem, brokułami, awokado i sosem jogurtowym

Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Komosa ryżowa (Quinoa), ziarna, Brokuły, mrożone, Awokado, Szczypiorek, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Sok cytrynowy, Szczypiorek, sos sriracha, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar)

Alergeny:
7. mleko i produkty pochodne

Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Komosa ryżowa (Quinoa), ziarna, Brokuły, mrożone, Awokado, Szczypiorek, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Sok cytrynowy, Szczypiorek, sos sriracha, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar)

Alergeny:
7. mleko i produkty pochodne

Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Komosa ryżowa (Quinoa), ziarna, Brokuły, mrożone, Awokado, Szczypiorek, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Sok cytrynowy, Szczypiorek, sos sriracha, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar)

Alergeny:
7. mleko i produkty pochodne

Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Komosa ryżowa (Quinoa), ziarna, Brokuły, mrożone, Awokado, Szczypiorek, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Sok cytrynowy, Szczypiorek, sos sriracha, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar)

Alergeny:
7. mleko i produkty pochodne

Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Komosa ryżowa (Quinoa), ziarna, Brokuły, mrożone, Awokado, Szczypiorek, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Sok cytrynowy, Szczypiorek, sos sriracha, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar)

Alergeny:
7. mleko i produkty pochodne