

| 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 Szakszuka z jajkiem sadzonym i chlebkiem naan | | CHLEBEK NAAN (mąka PSZENNA, woda, olej słonecznikowy, sól, cukier, drożdże), JAJA KURZE CAŁE, Pomidor, Masło ekstra, Czosnek, Bazylia świeża, Oliwki czarne, Kmin rzymski (kumin), 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 3. jaja i produkty pochodne 492,4kcal T:24,2 W:42,6 B:22,6 Bt:4,5 | CHLEBEK NAAN (mąka PSZENNA, woda, olej słonecznikowy, sól, cukier, drożdże), JAJA KURZE CAŁE, Pomidor, Masło ekstra, Czosnek, Bazylia świeża, Oliwki czarne, Kmin rzymski (kumin), 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 3. jaja i produkty pochodne 328,7kcal T:14,3 W:34,1 B:13,3 Bt:4,5 | CHLEBEK NAAN (mąka PSZENNA, woda, olej słonecznikowy, sól, cukier, drożdże), JAJA KURZE CAŁE, Pomidor, Masło ekstra, Czosnek, Bazylia świeża, Oliwki czarne, Kmin rzymski (kumin), 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 3. jaja i produkty pochodne 557,2kcal T:25,5 W:53,6 B:24,3 Bt:4,5 | CHLEBEK NAAN (mąka PSZENNA, woda, olej słonecznikowy, sól, cukier, drożdże), JAJA KURZE CAŁE, Pomidor, Masło ekstra, Czosnek, Bazylia świeża, Oliwki czarne, Kmin rzymski (kumin), 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 3. jaja i produkty pochodne 622,0kcal T:26,9 W:64,6 B:25,9 Bt:4,5 | CHLEBEK NAAN (mąka PSZENNA, woda, olej słonecznikowy, sól, cukier, drożdże), JAJA KURZE CAŁE, Pomidor, Masło ekstra, Czosnek, Bazylia świeża, Oliwki czarne, Kmin rzymski (kumin), 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 3. jaja i produkty pochodne 657,4kcal T:28,7 W:68,2 B:26,7 Bt:5,4 |
| Drugie śniadanie Kokosowy pudding chia z wiśniami | Wiśnie bez pestek, mrożone, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczeli, Wiórki kokosowe, Nasiona chia, Mleko kokosowe Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 326,4kcal T:24,7 W:17,3 B:6,0 Bt:5,5 | Wiśnie bez pestek, mrożone, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczeli, Wiórki kokosowe, Nasiona chia, Mleko kokosowe Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 217,6kcal T:16,4 W:11,5 B:4,0 Bt:3,6 | Wiśnie bez pestek, mrożone, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczeli, Wiórki kokosowe, Nasiona chia, Mleko kokosowe Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 217,6kcal T:16,4 W:11,5 B:4,0 Bt:3,6 | Wiśnie bez pestek, mrożone, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczeli, Wiórki kokosowe, Nasiona chia, Mleko kokosowe Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 326,4kcal T:24,7 W:17,3 B:6,0 Bt:5,5 | Wiśnie bez pestek, mrożone, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczeli, Wiórki kokosowe, Nasiona chia, Mleko kokosowe Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 326,4kcal T:24,7 W:17,3 B:6,0 Bt:5,5 | Wiśnie bez pestek, mrożone, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Miód pszczeli, Wiórki kokosowe, Nasiona chia, Mleko kokosowe Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 326,4kcal T:24,7 W:17,3 B:6,0 Bt:5,5 |
| Obiad Chilli sin carne z cheddarem i nachosami | Tortilla chips NACHOS solone (mąka kukurydziana, olej słonecznikowy, sól), SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Pomidory z puszki (krojone), Fasola czerwona (konserwowa), Papryka czerwona, mrożona, Cebula, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Oliwa z oliwek, Czosnek, Cukier, TOFU NATURALNE (woda, ziarna SOI) Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 673,6kcal T:42,2 W:47,5 B:24,3 Bt:9,0 | Tortilla chips NACHOS solone (mąka kukurydziana, olej słonecznikowy, sól), SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Pomidory z puszki (krojone), Fasola czerwona (konserwowa), Papryka czerwona, mrożona, Cebula, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Oliwa z oliwek, Czosnek, Cukier, TOFU NATURALNE (woda, ziarna SOI) Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 673,6kcal T:42,2 W:47,5 B:24,3 Bt:9,0 | Tortilla chips NACHOS solone (mąka kukurydziana, olej słonecznikowy, sól), SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Pomidory z puszki (krojone), Fasola czerwona (konserwowa), Papryka czerwona, mrożona, Cebula, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Oliwa z oliwek, Czosnek, Cukier, TOFU NATURALNE (woda, ziarna SOI) Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 459,0kcal T:28,0 W:35,3 B:15,0 Bt:5,3 | Tortilla chips NACHOS solone (mąka kukurydziana, olej słonecznikowy, sól), SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Pomidory z puszki (krojone), Fasola czerwona (konserwowa), Papryka czerwona, mrożona, Cebula, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Oliwa z oliwek, Czosnek, Cukier, TOFU NATURALNE (woda, ziarna SOI) Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 535,6kcal T:33,1 W:39,7 B:18,3 Bt:6,6 | Tortilla chips NACHOS solone (mąka kukurydziana, olej słonecznikowy, sól), SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Pomidory z puszki (krojone), Fasola czerwona (konserwowa), Papryka czerwona, mrożona, Cebula, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Oliwa z oliwek, Czosnek, Cukier, TOFU NATURALNE (woda, ziarna SOI) Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 734,9kcal T:46,3 W:50,9 B:27,0 Bt:10,0 | Tortilla chips NACHOS solone (mąka kukurydziana, olej słonecznikowy, sól), SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Pomidory z puszki (krojone), Fasola czerwona (konserwowa), Papryka czerwona, mrożona, Cebula, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Oliwa z oliwek, Czosnek, Cukier, TOFU NATURALNE (woda, ziarna SOI) Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 857,6kcal T:54,4 W:57,9 B:32,3 Bt:12,1 |

| | | | | | |
|--|---|---|---|--|--|
| <p>Podwieczorek Bulgur z bakłażanem i suszonymi pomidorami</p> | <p>SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Bakłażan, KASZA BULGUR, Cebula czerwona, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Dynia, pestki, łuskane, Czosnek</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 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>195,9kcal T:8,1 W:18,0 B:10,9 Bt:4,4</p> | <p>SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Bakłażan, KASZA BULGUR, Cebula czerwona, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Dynia, pestki, łuskane, Czosnek</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 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>195,9kcal T:8,1 W:18,0 B:10,9 Bt:4,4</p> | <p>SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Bakłażan, KASZA BULGUR, Cebula czerwona, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Dynia, pestki, łuskane, Czosnek</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 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>195,9kcal T:8,1 W:18,0 B:10,9 Bt:4,4</p> | <p>SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Bakłażan, KASZA BULGUR, Cebula czerwona, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Dynia, pestki, łuskane, Czosnek</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 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>326,5kcal T:13,5 W:30,0 B:18,1 Bt:7,4</p> | <p>SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Bakłażan, KASZA BULGUR, Cebula czerwona, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Dynia, pestki, łuskane, Czosnek</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 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>326,5kcal T:13,5 W:30,0 B:18,1 Bt:7,4</p> |
| <p>Kolacja Kluski śląskie z sosem kurkowym i sałatką z ogórka i papryki</p> | <p>KLUSKI ŚLĄSKIE (ziemniaki, skrobia ziemniaczana, masa JAJOWA, płatki ziemniaczane, woda), Cebula, Kurki, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Pietruszka, liście, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorii), Ogórek, Papryka czerwona</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>486,2kcal T:25,0 W:59,6 B:7,4 Bt:4,2</p> | <p>KLUSKI ŚLĄSKIE (ziemniaki, skrobia ziemniaczana, masa JAJOWA, płatki ziemniaczane, woda), Cebula, Kurki, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Pietruszka, liście, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorii), Ogórek, Papryka czerwona</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>368,7kcal T:18,8 W:45,5 B:5,7 Bt:3,4</p> | <p>KLUSKI ŚLĄSKIE (ziemniaki, skrobia ziemniaczana, masa JAJOWA, płatki ziemniaczane, woda), Cebula, Kurki, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Pietruszka, liście, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorii), Ogórek, Papryka czerwona</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>486,2kcal T:25,0 W:59,6 B:7,4 Bt:4,2</p> | <p>KLUSKI ŚLĄSKIE (ziemniaki, skrobia ziemniaczana, masa JAJOWA, płatki ziemniaczane, woda), Cebula, Kurki, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Pietruszka, liście, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorii), Ogórek, Papryka czerwona</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>603,7kcal T:31,3 W:73,7 B:9,0 Bt:5,0</p> | <p>KLUSKI ŚLĄSKIE (ziemniaki, skrobia ziemniaczana, masa JAJOWA, płatki ziemniaczane, woda), Cebula, Kurki, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Pietruszka, liście, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorii), Ogórek, Papryka czerwona</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p> <p>718,3kcal T:39,7 W:82,3 B:10,5 Bt:5,7</p> |