

Posiłek / potrawa / składniki	LUNCH BOX OFFICE - 3 posiłki (drugie śniadanie, obiad, podwieczorek)	LUNCH BOX 1600 kcal - 3 posiłki (śniadanie, obiad, kolacja)	1500 kcal - 5 posiłków	2000 kcal - 5 posiłków	2500 kcal - 5 posiłków	3000 kcal - 5 posiłków
Śniadanie Jaja po turecku, sałatka		JAJA KURZE CAŁE, JOGURT GRECKI, Czosnek, Sok cytrynowy, Skórka z cytryny, Oliwa z oliwek, Szczypiorek, Papryka mielona słodka, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Pomidor, Ogórek Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	JAJA KURZE CAŁE, JOGURT GRECKI, Czosnek, Sok cytrynowy, Skórka z cytryny, Oliwa z oliwek, Szczypiorek, Papryka mielona słodka, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Pomidor, Ogórek Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	JAJA KURZE CAŁE, JOGURT GRECKI, Czosnek, Sok cytrynowy, Skórka z cytryny, Oliwa z oliwek, Szczypiorek, Papryka mielona słodka, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Pomidor, Ogórek Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	JAJA KURZE CAŁE, JOGURT GRECKI, Czosnek, Sok cytrynowy, Skórka z cytryny, Oliwa z oliwek, Szczypiorek, Papryka mielona słodka, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Pomidor, Ogórek Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	JAJA KURZE CAŁE, JOGURT GRECKI, Czosnek, Sok cytrynowy, Skórka z cytryny, Oliwa z oliwek, Szczypiorek, Papryka mielona słodka, Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Pomidor, Ogórek Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
Drugie śniadanie Wiosenna zupa jarzynowa	Marchew, Masło ekstra, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy, Śmietanka kremowa, 30% tłuszczu, Koper ogrodowy, Bulion warzywny, Fasolka szparagowa, mrożona, Brokuły, Kalafior Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne		Marchew, Masło ekstra, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy, Śmietanka kremowa, 30% tłuszczu, Koper ogrodowy, Bulion warzywny, Fasolka szparagowa, mrożona, Brokuły, Kalafior Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Marchew, Masło ekstra, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy, Śmietanka kremowa, 30% tłuszczu, Koper ogrodowy, Bulion warzywny, Fasolka szparagowa, mrożona, Brokuły, Kalafior Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Marchew, Masło ekstra, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy, Śmietanka kremowa, 30% tłuszczu, Koper ogrodowy, Bulion warzywny, Fasolka szparagowa, mrożona, Brokuły, Kalafior Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Marchew, Masło ekstra, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy, Śmietanka kremowa, 30% tłuszczu, Koper ogrodowy, Bulion warzywny, Fasolka szparagowa, mrożona, Brokuły, Kalafior Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
Obiad Koperkowa potrawka z kurczaka, kasza gryczana, surówka z marchewki ze słonecznikiem	Kasza gryczana, Marchew, Jabłko, Słonecznik, nasiona, łuskane, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Koper ogrodowy, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Bulion warzywny Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	Kasza gryczana, Marchew, Jabłko, Słonecznik, nasiona, łuskane, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Koper ogrodowy, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Bulion warzywny Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	Kasza gryczana, Marchew, Jabłko, Słonecznik, nasiona, łuskane, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Koper ogrodowy, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Bulion warzywny Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	Kasza gryczana, Marchew, Jabłko, Słonecznik, nasiona, łuskane, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Koper ogrodowy, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Bulion warzywny Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	Kasza gryczana, Marchew, Jabłko, Słonecznik, nasiona, łuskane, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Koper ogrodowy, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Bulion warzywny Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	Kasza gryczana, Marchew, Jabłko, Słonecznik, nasiona, łuskane, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Koper ogrodowy, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Bulion warzywny Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne
Podwieczorek Krem sernikowy z crunchem	JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Erytrytol, SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), Ekstrakt waniliowy, Dynia, pestki, łuskane, Masło ekstra, Miód pszczeli, Słonecznik, nasiona, łuskane, Płatki owsiane Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne		JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Erytrytol, SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), Ekstrakt waniliowy, Dynia, pestki, łuskane, Masło ekstra, Miód pszczeli, Słonecznik, nasiona, łuskane, Płatki owsiane Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Erytrytol, SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), Ekstrakt waniliowy, Dynia, pestki, łuskane, Masło ekstra, Miód pszczeli, Słonecznik, nasiona, łuskane, Płatki owsiane Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Erytrytol, SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), Ekstrakt waniliowy, Dynia, pestki, łuskane, Masło ekstra, Miód pszczeli, Słonecznik, nasiona, łuskane, Płatki owsiane Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Erytrytol, SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), Ekstrakt waniliowy, Dynia, pestki, łuskane, Masło ekstra, Miód pszczeli, Słonecznik, nasiona, łuskane, Płatki owsiane Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
Kolacja Chrupiąca sałatka z ciecierzycą, suszonymi pomidorami i pestkami dyni		Ciecierzycza (w zalewie), Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Dynia, pestki, łuskane, Papryka czerwona, Ser typu Feta, Suszone pomidory, Sok cytrynowy, Oliwa z oliwek, Erytrytol Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Ciecierzycza (w zalewie), Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Dynia, pestki, łuskane, Papryka czerwona, Ser typu Feta, Suszone pomidory, Sok cytrynowy, Oliwa z oliwek, Erytrytol Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Ciecierzycza (w zalewie), Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Dynia, pestki, łuskane, Papryka czerwona, Ser typu Feta, Suszone pomidory, Sok cytrynowy, Oliwa z oliwek, Erytrytol Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Ciecierzycza (w zalewie), Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Dynia, pestki, łuskane, Papryka czerwona, Ser typu Feta, Suszone pomidory, Sok cytrynowy, Oliwa z oliwek, Erytrytol Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Ciecierzycza (w zalewie), Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria), Dynia, pestki, łuskane, Papryka czerwona, Ser typu Feta, Suszone pomidory, Sok cytrynowy, Oliwa z oliwek, Erytrytol Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne