

Posiłek / potrawa / składniki	1800 kcal - 5 posiłków	2500 kcal - 5 posiłków	3500 kcal - 6 posiłków	4000 kcal - 6 posiłków
<b>Śniadanie</b> Czekoladowa proteinowa owsianka z kokosem i ananasem	Ananas, plastry w syropie, Wiórki kokosowe, Kakao 16%, proszek, Miód pszczeli, Mleko spożywcze, 1,5 % tłuszczu, Płatki owsiane, Odżywka białkowa  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Ananas, plastry w syropie, Wiórki kokosowe, Kakao 16%, proszek, Miód pszczeli, Mleko spożywcze, 1,5 % tłuszczu, Płatki owsiane, Odżywka białkowa  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Ananas, plastry w syropie, Wiórki kokosowe, Kakao 16%, proszek, Miód pszczeli, Mleko spożywcze, 1,5 % tłuszczu, Płatki owsiane, Odżywka białkowa  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Ananas, plastry w syropie, Wiórki kokosowe, Kakao 16%, proszek, Miód pszczeli, Mleko spożywcze, 1,5 % tłuszczu, Płatki owsiane, Odżywka białkowa  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
<b>Drugie śniadanie</b> Zupa krem z dyni z pomarańczą	Dynia, Marchew, Cebula, Sok pomarańczowy, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Oliwa z oliwek, Dynia, pestki, łuskane, Woda  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Dynia, Marchew, Cebula, Sok pomarańczowy, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Oliwa z oliwek, Dynia, pestki, łuskane, Woda  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Dynia, Marchew, Cebula, Sok pomarańczowy, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Oliwa z oliwek, Dynia, pestki, łuskane, Woda  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Dynia, Marchew, Cebula, Sok pomarańczowy, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Oliwa z oliwek, Dynia, pestki, łuskane, Woda  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
<b>Obiad</b> Ragu wieprzowe z kuskusem	KASZA KUSKUS, Cebula, Wieprzowina, łopatka (mielona), Czosnek, Koncentrat pomidorowy, 30%, Pomidory z puszki (krojone), Marchew, Masło ekstra, Oliwa z oliwek, Seler naciowy, Wino czerwone, Ser twardy długodojrzejawący (tarty)  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 9. seler i produkty pochodne	KASZA KUSKUS, Cebula, Wieprzowina, łopatka (mielona), Czosnek, Koncentrat pomidorowy, 30%, Pomidory z puszki (krojone), Marchew, Masło ekstra, Oliwa z oliwek, Seler naciowy, Wino czerwone, Ser twardy długodojrzejawący (tarty)  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 9. seler i produkty pochodne	KASZA KUSKUS, Cebula, Wieprzowina, łopatka (mielona), Czosnek, Koncentrat pomidorowy, 30%, Pomidory z puszki (krojone), Marchew, Masło ekstra, Oliwa z oliwek, Seler naciowy, Wino czerwone, Ser twardy długodojrzejawący (tarty)  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 9. seler i produkty pochodne	KASZA KUSKUS, Cebula, Wieprzowina, łopatka (mielona), Czosnek, Koncentrat pomidorowy, 30%, Pomidory z puszki (krojone), Marchew, Masło ekstra, Oliwa z oliwek, Seler naciowy, Wino czerwone, Ser twardy długodojrzejawący (tarty)  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 9. seler i produkty pochodne
<b>Obiad II</b> Schab w sosie śmietankowym, puree ziemniaczane, surówka z ogórka i rzodkiewki			Wieprzowina, schab surowy bez kości, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Oliwa z oliwek, Cebula, Pietruszka, liście, Ziemiaki, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Ogórek, Rzodkiewka, Oliwa z oliwek, Szczypiorek  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Wieprzowina, schab surowy bez kości, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny, Oliwa z oliwek, Cebula, Pietruszka, liście, Ziemiaki, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Ogórek, Rzodkiewka, Oliwa z oliwek, Szczypiorek  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
<b>Podwieczorek</b> Koktajl wiśnia w czekoladzie	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Miód pszczeli, Wiśnie bez pestek, mrożone, Kakao 16%, proszek, Woda, Odżywka białkowa  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Miód pszczeli, Wiśnie bez pestek, mrożone, Kakao 16%, proszek, Woda, Odżywka białkowa  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Miód pszczeli, Wiśnie bez pestek, mrożone, Kakao 16%, proszek, Woda, Odżywka białkowa  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Miód pszczeli, Wiśnie bez pestek, mrożone, Kakao 16%, proszek, Woda, Odżywka białkowa  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
<b>Kolacja</b> Sałatka makaronowa z suszonymi pomidorami, mozzarellą i szpinakiem	Rukola, MAKARON PENNE (mąka z PSZENICY durum, woda), Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Szpinak, Słonecznik, nasiona, łuskane, Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Sok cytrynowy, Miód pszczeli, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Czosnek  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	Rukola, MAKARON PENNE (mąka z PSZENICY durum, woda), Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Szpinak, Słonecznik, nasiona, łuskane, Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Sok cytrynowy, Miód pszczeli, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Czosnek  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	Rukola, MAKARON PENNE (mąka z PSZENICY durum, woda), Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Szpinak, Słonecznik, nasiona, łuskane, Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Sok cytrynowy, Miód pszczeli, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Czosnek  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	Rukola, MAKARON PENNE (mąka z PSZENICY durum, woda), Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Szpinak, Słonecznik, nasiona, łuskane, Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Sok cytrynowy, Miód pszczeli, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Czosnek  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