

Posiłek / potrawa / składniki	1800 kcal - 5 posiłków	2700 kcal - 5 posiłków	3500 kcal - 5 posiłków
Śniadanie Frankfurterka z jajkiem sadzonym, warzywami i sosem majo	<p>Pomidor, Ogórek, JAJA KURZE CAŁE, Frankfurterki, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych)</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Pomidor, Ogórek, JAJA KURZE CAŁE, Frankfurterki, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych)</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Pomidor, Ogórek, JAJA KURZE CAŁE, Frankfurterki, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych)</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>
Drugie śniadanie Keto shake kokosowy z awokado	<p>Mleko kokosowe, Awokado, Szpinak, Erytrytol, Sok cytrynowy</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Mleko kokosowe, Awokado, Szpinak, Erytrytol, Sok cytrynowy</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Mleko kokosowe, Awokado, Szpinak, Erytrytol, Sok cytrynowy</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>
Obiad Wieprzowina w sosie mole poblano, surówka z białej kapusty i ogórka	<p>Wieprzowina, łopatką, Papryka czerwona, Cebula, Czosnek, Papryczka ostra chili, Goździki, Cynamon, Passata pomidorowa (przecier), MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), SEZAM, NASIONA, Kakao 16%, proszek, Sok z limonki, Kolendra (liście), Koper ogrodowy, Ogórek</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p>	<p>Wieprzowina, łopatką, Papryka czerwona, Cebula, Czosnek, Papryczka ostra chili, Goździki, Cynamon, Passata pomidorowa (przecier), MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), SEZAM, NASIONA, Kakao 16%, proszek, Sok z limonki, Kolendra (liście), Kapusta biała, Koper ogrodowy, Ogórek, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar)</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p>	<p>Wieprzowina, łopatką, Papryka czerwona, Cebula, Czosnek, Papryczka ostra chili, Goździki, Cynamon, Passata pomidorowa (przecier), MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), SEZAM, NASIONA, Kakao 16%, proszek, Sok z limonki, Kolendra (liście), Kapusta biała, Koper ogrodowy, Ogórek, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar)</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne</p>
Podwieczorek Warzywny curry z kalafiem	<p>Cebula, mrożona, Czosnek, Papryczka ostra chili, Kalafior, Imbir świeży, Ciecierzycy (woda, cieciora, sól), Olej kokosowy, Mleko kokosowe, Papryka mix (papryka czerwona, papryka zielona, papryka żółta), Pasta curry czerwona (czerwone, suszone chili, trawa cytrynowa, czosnek, szalotka, sól, skórka kaffir limettki, galanga), Bulion warzywny</p>	<p>Cebula, mrożona, Czosnek, Papryczka ostra chili, Kalafior, Imbir świeży, Ciecierzycy (woda, cieciora, sól), Olej kokosowy, Mleko kokosowe, Papryka mix (papryka czerwona, papryka zielona, papryka żółta), Pasta curry czerwona (czerwone, suszone chili, trawa cytrynowa, czosnek, szalotka, sól, skórka kaffir limettki, galanga), Bulion warzywny</p>	<p>Cebula, mrożona, Czosnek, Papryczka ostra chili, Kalafior, Imbir świeży, Ciecierzycy (woda, cieciora, sól), Olej kokosowy, Mleko kokosowe, Papryka mix (papryka czerwona, papryka zielona, papryka żółta), Pasta curry czerwona (czerwone, suszone chili, trawa cytrynowa, czosnek, szalotka, sól, skórka kaffir limettki, galanga), Bulion warzywny</p>
Kolacja Butter chicken	<p>Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Imbir świeży, Czosnek, Sok cytrynowy, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Pomidory z puszeki (krojone), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Curry, Kmin rzymski (kumin)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Imbir świeży, Czosnek, Sok cytrynowy, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Pomidory z puszeki (krojone), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Curry, Kmin rzymski (kumin)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Imbir świeży, Czosnek, Sok cytrynowy, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Pomidory z puszeki (krojone), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Curry, Kmin rzymski (kumin)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>