

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
<b>Śniadanie</b> Frittata z kolorową papryką i cheddarem		Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), Pomidor, Masa JAJECZNA, Papryka mix (papryka czerwona, papryka zielona, papryka żółta), SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Oliwa z oliwek  Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), Pomidor, Masa JAJECZNA, Papryka mix (papryka czerwona, papryka zielona, papryka żółta), SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Oliwa z oliwek  Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), Pomidor, Masa JAJECZNA, Papryka mix (papryka czerwona, papryka zielona, papryka żółta), SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Oliwa z oliwek  Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), Pomidor, Masa JAJECZNA, Papryka mix (papryka czerwona, papryka zielona, papryka żółta), SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Oliwa z oliwek  Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), Pomidor, Masa JAJECZNA, Papryka mix (papryka czerwona, papryka zielona, papryka żółta), SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Oliwa z oliwek  Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne
<b>Drugie śniadanie</b> Zupa szczawiowa	JAJA GOTOWANE, Bulion warzywny, Szczaw (szczaw, sól), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Marchew, SELER KORZENIOWY, Pietruszka, korzeń, Por, Ziemiaki  Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne		JAJA GOTOWANE, Bulion warzywny, Szczaw (szczaw, sól), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Marchew, SELER KORZENIOWY, Pietruszka, korzeń, Por, Ziemiaki  Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne	JAJA GOTOWANE, Bulion warzywny, Szczaw (szczaw, sól), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Marchew, SELER KORZENIOWY, Pietruszka, korzeń, Por, Ziemiaki  Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne	JAJA GOTOWANE, Bulion warzywny, Szczaw (szczaw, sól), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Marchew, SELER KORZENIOWY, Pietruszka, korzeń, Por, Ziemiaki  Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne	JAJA GOTOWANE, Bulion warzywny, Szczaw (szczaw, sól), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Marchew, SELER KORZENIOWY, Pietruszka, korzeń, Por, Ziemiaki  Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne
<b>Obiad</b> Wieprzowina w sosie mole poblano, ryż brązowy, surówka z białej kapusty i ogórka	Ryż brązowy, Wieprzowina, łopatką, Papryka czerwona, Cebula, Czosnek, Papryczka ostra chili, Goździki, Cynamon, Passata pomidorowa (przecier), MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), SEZAM, NASIONA, CZEKOLADA GORZKA ( (miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), 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)  Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne	Ryż brązowy, Wieprzowina, łopatką, Papryka czerwona, Cebula, Czosnek, Papryczka ostra chili, Goździki, Cynamon, Passata pomidorowa (przecier), MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), SEZAM, NASIONA, CZEKOLADA GORZKA ( (miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), 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)  Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne	Ryż brązowy, Wieprzowina, łopatką, Papryka czerwona, Cebula, Czosnek, Papryczka ostra chili, Goździki, Cynamon, Passata pomidorowa (przecier), MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), SEZAM, NASIONA, CZEKOLADA GORZKA ( (miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), 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)  Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne	Ryż brązowy, Wieprzowina, łopatką, Papryka czerwona, Cebula, Czosnek, Papryczka ostra chili, Goździki, Cynamon, Passata pomidorowa (przecier), MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), SEZAM, NASIONA, CZEKOLADA GORZKA ( (miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), 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)  Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne	Ryż brązowy, Wieprzowina, łopatką, Papryka czerwona, Cebula, Czosnek, Papryczka ostra chili, Goździki, Cynamon, Passata pomidorowa (przecier), MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), SEZAM, NASIONA, CZEKOLADA GORZKA ( (miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), 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)  Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne	Ryż brązowy, Wieprzowina, łopatką, Papryka czerwona, Cebula, Czosnek, Papryczka ostra chili, Goździki, Cynamon, Passata pomidorowa (przecier), MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), SEZAM, NASIONA, CZEKOLADA GORZKA ( (miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), 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)  Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne 11. nasiona sezamu i produkty pochodne
<b>Podwieczorek</b> Green smoothie	Jabłko, Ananas, plastry w syropie, Banan, Szpinak, Woda		Jabłko, Ananas, plastry w syropie, Banan, Szpinak, Woda	Jabłko, Ananas, plastry w syropie, Banan, Szpinak, Woda	Jabłko, Ananas, plastry w syropie, Banan, Szpinak, Woda	Jabłko, Ananas, plastry w syropie, Banan, Szpinak, Woda

## Kolacja

Klasyczne zapiekanki z pieczarkami i sosem czosnkowym

Pieczarka uprawna, mrożona, Bagietki francuskie (mąka pszenna, woda, sól, naturalny zakwas), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Cebula, mrożona, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czosnek, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar)

### 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

Pieczarka uprawna, mrożona, Bagietki francuskie (mąka pszenna, woda, sól, naturalny zakwas), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Cebula, mrożona, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czosnek, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar)

### 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

Pieczarka uprawna, mrożona, Bagietki francuskie (mąka pszenna, woda, sól, naturalny zakwas), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Cebula, mrożona, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czosnek, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar)

### 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

Pieczarka uprawna, mrożona, Bagietki francuskie (mąka pszenna, woda, sól, naturalny zakwas), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Cebula, mrożona, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czosnek, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar)

### 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

Pieczarka uprawna, mrożona, Bagietki francuskie (mąka pszenna, woda, sól, naturalny zakwas), Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Cebula, mrożona, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Czosnek, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar)

### 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