

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
<p>Śniadanie Twarożek z karmelizowaną śliwką i gryczaną granolą</p>		<p>Płatki gryczane, Miód pszczeli, Wiórki kokosowe, Cynamon, Sól biała, Dynia, pestki, łuskane, CZEKOLADA GORZKA (miążga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Miód pszczeli, Śliwki bez pestek, mrożone, Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Płatki gryczane, Miód pszczeli, Wiórki kokosowe, Cynamon, Sól biała, Dynia, pestki, łuskane, CZEKOLADA GORZKA (miążga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Miód pszczeli, Śliwki bez pestek, mrożone, Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Płatki gryczane, Miód pszczeli, Wiórki kokosowe, Cynamon, Sól biała, Dynia, pestki, łuskane, CZEKOLADA GORZKA (miążga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Miód pszczeli, Śliwki bez pestek, mrożone, Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Płatki gryczane, Miód pszczeli, Wiórki kokosowe, Cynamon, Sól biała, Dynia, pestki, łuskane, CZEKOLADA GORZKA (miążga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Miód pszczeli, Śliwki bez pestek, mrożone, Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Płatki gryczane, Miód pszczeli, Wiórki kokosowe, Cynamon, Sól biała, Dynia, pestki, łuskane, CZEKOLADA GORZKA (miążga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY (MLEKO, kultury bakterii), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Miód pszczeli, Śliwki bez pestek, mrożone, Miód pszczeli</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>
<p>Drugie śniadanie Komosa z brokułami, fetą i pestkami dyni</p>	<p>Pomidory koktajlowe, Komosa ryżowa (Quinoa), ziarna, Brokuły, Dynia, pestki, łuskane, Pietruszka, liście, Oliwa z oliwek, Papryczka ostra chili, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>		<p>Pomidory koktajlowe, Komosa ryżowa (Quinoa), ziarna, Brokuły, Dynia, pestki, łuskane, Pietruszka, liście, Oliwa z oliwek, Papryczka ostra chili, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Pomidory koktajlowe, Komosa ryżowa (Quinoa), ziarna, Brokuły, Dynia, pestki, łuskane, Pietruszka, liście, Oliwa z oliwek, Papryczka ostra chili, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Pomidory koktajlowe, Komosa ryżowa (Quinoa), ziarna, Brokuły, Dynia, pestki, łuskane, Pietruszka, liście, Oliwa z oliwek, Papryczka ostra chili, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Pomidory koktajlowe, Komosa ryżowa (Quinoa), ziarna, Brokuły, Dynia, pestki, łuskane, Pietruszka, liście, Oliwa z oliwek, Papryczka ostra chili, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>
<p>Obiad Dorsz w sosie śmietanowym z cebulką z puree ziemniaczanym i surówką z marchewki z jabłkiem i żurawiną</p>	<p>Marchew, Jabłko, Żurawina suszona, Olej rzepakowy, Ziemniaki, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Koper ogrodowy, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny</p> <p>Alergeny: 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Marchew, Jabłko, Żurawina suszona, Olej rzepakowy, Ziemniaki, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Koper ogrodowy, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny</p> <p>Alergeny: 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Marchew, Jabłko, Żurawina suszona, Olej rzepakowy, Ziemniaki, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Koper ogrodowy, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny</p> <p>Alergeny: 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Marchew, Jabłko, Żurawina suszona, Olej rzepakowy, Ziemniaki, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Koper ogrodowy, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny</p> <p>Alergeny: 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Marchew, Jabłko, Żurawina suszona, Olej rzepakowy, Ziemniaki, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Koper ogrodowy, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny</p> <p>Alergeny: 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Marchew, Jabłko, Żurawina suszona, Olej rzepakowy, Ziemniaki, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Koper ogrodowy, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Miód pszczeli, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Bulion warzywny</p> <p>Alergeny: 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>
<p>Podwieczorek Budyń czekoladowy z malinami</p>	<p>MLEKO SPOŻYWCZE, 1.5 % TŁUSZCZU, Cukier, Ekstrakt waniliowy, Kakao 16%, proszek, Skrobia ziemniaczana, Maliny, mrożone, Woda, Skrobia ziemniaczana, Cukier</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>MLEKO SPOŻYWCZE, 1.5 % TŁUSZCZU, Cukier, Ekstrakt waniliowy, Kakao 16%, proszek, Skrobia ziemniaczana, Maliny, mrożone, Woda, Skrobia ziemniaczana, Cukier</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>MLEKO SPOŻYWCZE, 1.5 % TŁUSZCZU, Cukier, Ekstrakt waniliowy, Kakao 16%, proszek, Skrobia ziemniaczana, Maliny, mrożone, Woda, Skrobia ziemniaczana, Cukier</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>MLEKO SPOŻYWCZE, 1.5 % TŁUSZCZU, Cukier, Ekstrakt waniliowy, Kakao 16%, proszek, Skrobia ziemniaczana, Maliny, mrożone, Woda, Skrobia ziemniaczana, Cukier</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>MLEKO SPOŻYWCZE, 1.5 % TŁUSZCZU, Cukier, Ekstrakt waniliowy, Kakao 16%, proszek, Skrobia ziemniaczana, Maliny, mrożone, Woda, Skrobia ziemniaczana, Cukier</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>MLEKO SPOŻYWCZE, 1.5 % TŁUSZCZU, Cukier, Ekstrakt waniliowy, Kakao 16%, proszek, Skrobia ziemniaczana, Maliny, mrożone, Woda, Skrobia ziemniaczana, Cukier</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>

Kolacja

Knedle owocowe podane jogurtem naturalnym i migdałami

JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), MIGDAŁY W PŁATKACH, KNEDLE Z TRUSKAWKAMI (ziemniaki, mąka PSZENNA, truskawki, skrobia ziemniaczana, JAJA), Cukier, Cynamon

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
8. orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland i produkty pochodne

JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), MIGDAŁY W PŁATKACH, KNEDLE Z TRUSKAWKAMI (ziemniaki, mąka PSZENNA, truskawki, skrobia ziemniaczana, JAJA), Cukier, Cynamon

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
8. orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland i produkty pochodne

JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), MIGDAŁY W PŁATKACH, KNEDLE Z TRUSKAWKAMI (ziemniaki, mąka PSZENNA, truskawki, skrobia ziemniaczana, JAJA), Cukier, Cynamon

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
8. orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland i produkty pochodne

JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), MIGDAŁY W PŁATKACH, KNEDLE Z TRUSKAWKAMI (ziemniaki, mąka PSZENNA, truskawki, skrobia ziemniaczana, JAJA), Cukier, Cynamon

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
8. orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland i produkty pochodne

JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), MIGDAŁY W PŁATKACH, KNEDLE Z TRUSKAWKAMI (ziemniaki, mąka PSZENNA, truskawki, skrobia ziemniaczana, JAJA), Cukier, Cynamon

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
8. orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland i produkty pochodne