

Posiłek / potrawa / składniki	LUNCH BOX OFFICE - 3 posiłki (drugie śniadanie, obiad, podwieczerek)	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> Gryczanka z chia i truskawka		CZEKOLADA GORZKA ( (miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Kasza gryczana niepalona (biała), Erytrytol, Nasiona chia, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Truskawki, mrożone  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	CZEKOLADA GORZKA ( (miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Kasza gryczana niepalona (biała), Erytrytol, Nasiona chia, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Truskawki, mrożone  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	CZEKOLADA GORZKA ( (miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Kasza gryczana niepalona (biała), Erytrytol, Nasiona chia, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Truskawki, mrożone  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	CZEKOLADA GORZKA ( (miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Kasza gryczana niepalona (biała), Erytrytol, Nasiona chia, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Truskawki, mrożone  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	CZEKOLADA GORZKA ( (miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, lecytyna SOJOWA, aromat: naturalna wanilia), Kasza gryczana niepalona (biała), Erytrytol, Nasiona chia, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Truskawki, mrożone  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
<b>Drugie śniadanie</b> Chlebek tartinkowy z serkiem łososiowym	Chleb tartinkowy (mąka PSZENNIS, mąka ŻYTANIA, woda, drożdże, sól, siemię lniane, słonecznik. sól JĘCZMIENNY, przyprawy), SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Koper ogrodowy, ŁOSOŚ, ŚWIEŻY  Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne		Chleb tartinkowy (mąka PSZENNIS, mąka ŻYTANIA, woda, drożdże, sól, siemię lniane, słonecznik. sól JĘCZMIENNY, przyprawy), SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Koper ogrodowy, ŁOSOŚ, ŚWIEŻY  Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Chleb tartinkowy (mąka PSZENNIS, mąka ŻYTANIA, woda, drożdże, sól, siemię lniane, słonecznik. sól JĘCZMIENNY, przyprawy), SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Koper ogrodowy, ŁOSOŚ, ŚWIEŻY  Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Chleb tartinkowy (mąka PSZENNIS, mąka ŻYTANIA, woda, drożdże, sól, siemię lniane, słonecznik. sól JĘCZMIENNY, przyprawy), SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Koper ogrodowy, ŁOSOŚ, ŚWIEŻY  Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Chleb tartinkowy (mąka PSZENNIS, mąka ŻYTANIA, woda, drożdże, sól, siemię lniane, słonecznik. sól JĘCZMIENNY, przyprawy), SEREK NATURALNY DO SMAROWANIA (SEREK śmietankowy, sól, białka MLEKA, mączka chleba świętojańskiego), ŚMIETANA, 18% tłuszczu (ŚMIETANKA pasteryzowana, żywe kultury bakterii, skrobia modyfikowana kukurydziana, mączka chleba świętojańskiego), Koper ogrodowy, ŁOSOŚ, ŚWIEŻY  Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne
<b>Obiad</b> Kurczak garam masala z aromatycznym ryżem i surówką	Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Cynamon, Kardamon, Papryczka ostra chili, Garam masala, Olej rzepakowy, Kurkuma, Pietruszka, liście, Kolendra (liście), Kapusta pekińska, Ogórek, Marchew, Oliwa z oliwek  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Cynamon, Kardamon, Papryczka ostra chili, Garam masala, Olej rzepakowy, Kurkuma, Pietruszka, liście, Kolendra (liście), Kapusta pekińska, Ogórek, Marchew, Oliwa z oliwek  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Cynamon, Kardamon, Papryczka ostra chili, Garam masala, Olej rzepakowy, Kurkuma, Pietruszka, liście, Kolendra (liście), Kapusta pekińska, Ogórek, Marchew, Oliwa z oliwek  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Cynamon, Kardamon, Papryczka ostra chili, Garam masala, Olej rzepakowy, Kurkuma, Pietruszka, liście, Kolendra (liście), Kapusta pekińska, Ogórek, Marchew, Oliwa z oliwek  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Cynamon, Kardamon, Papryczka ostra chili, Garam masala, Olej rzepakowy, Kurkuma, Pietruszka, liście, Kolendra (liście), Kapusta pekińska, Ogórek, Marchew, Oliwa z oliwek  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Cynamon, Kardamon, Papryczka ostra chili, Garam masala, Olej rzepakowy, Kurkuma, Pietruszka, liście, Kolendra (liście), Kapusta pekińska, Ogórek, Marchew, Oliwa z oliwek  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne

<p><b>Podwieczorek</b> Pianka sezamowa z truskawkami</p>	<p>MIGDAŁY W PŁATKACH, Truskawki, mrożone, Mleko kokosowe, Erytrytol, Żelatyna, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), TAHINI pasta (czysty zmielony SEZAM 100%)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 11. nasiona sezamu 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</p>		<p>MIGDAŁY W PŁATKACH, Truskawki, mrożone, Mleko kokosowe, Erytrytol, Żelatyna, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), TAHINI pasta (czysty zmielony SEZAM 100%)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 11. nasiona sezamu 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</p>	<p>MIGDAŁY W PŁATKACH, Truskawki, mrożone, Mleko kokosowe, Erytrytol, Żelatyna, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), TAHINI pasta (czysty zmielony SEZAM 100%)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 11. nasiona sezamu 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</p>	<p>MIGDAŁY W PŁATKACH, Truskawki, mrożone, Mleko kokosowe, Erytrytol, Żelatyna, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), TAHINI pasta (czysty zmielony SEZAM 100%)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 11. nasiona sezamu 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</p>	<p>MIGDAŁY W PŁATKACH, Truskawki, mrożone, Mleko kokosowe, Erytrytol, Żelatyna, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), TAHINI pasta (czysty zmielony SEZAM 100%)</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 11. nasiona sezamu 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</p>
<p><b>Kolacja</b> Sałatka z kurczakiem, ogórkiem i mozzarellą</p>		<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymyska, cykoria), SER MOZZARELLA (minikulki) (MLEKO krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Dynia, pestki, łuskane, Ogórek, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Olej rzepakowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Sok cytrynowy, Woda</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymyska, cykoria), SER MOZZARELLA (minikulki) (MLEKO krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Dynia, pestki, łuskane, Ogórek, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Olej rzepakowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Sok cytrynowy, Woda</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymyska, cykoria), SER MOZZARELLA (minikulki) (MLEKO krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Dynia, pestki, łuskane, Ogórek, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Olej rzepakowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Sok cytrynowy, Woda</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymyska, cykoria), SER MOZZARELLA (minikulki) (MLEKO krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Dynia, pestki, łuskane, Ogórek, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Olej rzepakowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Sok cytrynowy, Woda</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymyska, cykoria), SER MOZZARELLA (minikulki) (MLEKO krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Dynia, pestki, łuskane, Ogórek, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Olej rzepakowy, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Sok cytrynowy, Woda</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>