

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	
Śniadanie Kanapka z pastą z szynki i jajek, pomidor		BUŁKA GRAHAMKA (mąka PSZENNA graham, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI), Rukola, Pomidor, JAJA GOTOWANE, Szynka kanapkowa, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Szczypiorek, Koper ogrodowy 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 10. gorczyca i produkty pochodne	BUŁKA GRAHAMKA (mąka PSZENNA graham, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI), Rukola, Pomidor, JAJA GOTOWANE, Szynka kanapkowa, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Szczypiorek, Koper ogrodowy 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 10. gorczyca i produkty pochodne	BUŁKA GRAHAMKA (mąka PSZENNA graham, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI), Rukola, Pomidor, JAJA GOTOWANE, Szynka kanapkowa, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Szczypiorek, Koper ogrodowy 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 10. gorczyca i produkty pochodne	BUŁKA GRAHAMKA (mąka PSZENNA graham, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI), Rukola, Pomidor, JAJA GOTOWANE, Szynka kanapkowa, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Szczypiorek, Koper ogrodowy 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 10. gorczyca i produkty pochodne	BUŁKA GRAHAMKA (mąka PSZENNA graham, woda, sól, naturalny zakwas ŻYTNI), Rukola, Pomidor, JAJA GOTOWANE, Szynka kanapkowa, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JAJ, musztarda (woda, ocet spirytusowy, GORCZYCA, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Szczypiorek, Koper ogrodowy 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 10. gorczyca i produkty pochodne	
Drugie śniadanie Koktajl wiśniowy	JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Erytrytol, Wiśnie bez pestek, mrożone, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Len, nasiona Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Erytrytol, Wiśnie bez pestek, mrożone, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Len, nasiona Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Erytrytol, Wiśnie bez pestek, mrożone, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Len, nasiona Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Erytrytol, Wiśnie bez pestek, mrożone, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Len, nasiona Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Erytrytol, Wiśnie bez pestek, mrożone, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Len, nasiona Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	JOGURT NATURALNY 2% TŁUSZCZU (MLEKO, odtłuszczone MLEKO w proszku, białka MLEKA, żywe kultury bakterii jogurtowych), Erytrytol, Wiśnie bez pestek, mrożone, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Len, nasiona Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	
Obiad Spaghetti w sosie śmietanowo-serowym z kotlecikami rybnymi	Pomidory koktajlowe, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, Mąka gryczana, Masa JAJECZNA, MAKARON RAZOWY (mąka PSZENNA razowa, woda), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Czosnek, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Koper ogrodowy, Skórka z cytryny 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 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Pomidory koktajlowe, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, Mąka gryczana, Masa JAJECZNA, MAKARON RAZOWY (mąka PSZENNA razowa, woda), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Czosnek, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Koper ogrodowy, Skórka z cytryny 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 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Pomidory koktajlowe, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, Mąka gryczana, Masa JAJECZNA, MAKARON RAZOWY (mąka PSZENNA razowa, woda), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Czosnek, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Koper ogrodowy, Skórka z cytryny 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 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Pomidory koktajlowe, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, Mąka gryczana, Masa JAJECZNA, MAKARON RAZOWY (mąka PSZENNA razowa, woda), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Czosnek, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Koper ogrodowy, Skórka z cytryny 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 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Pomidory koktajlowe, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, Mąka gryczana, Masa JAJECZNA, MAKARON RAZOWY (mąka PSZENNA razowa, woda), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Czosnek, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Koper ogrodowy, Skórka z cytryny 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 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Pomidory koktajlowe, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, Mąka gryczana, Masa JAJECZNA, MAKARON RAZOWY (mąka PSZENNA razowa, woda), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Czosnek, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Koper ogrodowy, Skórka z cytryny 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 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Pomidory koktajlowe, DORSZ, ŚWIEŻY, FILETY BEZ SKÓRY, Mąka gryczana, Masa JAJECZNA, MAKARON RAZOWY (mąka PSZENNA razowa, woda), ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Czosnek, SER TWARDY DŁUGODOJRZEWAJĄCY (MLEKO, sól, podpuszczka, środek konserwujący: lizozym), Koper ogrodowy, Skórka z cytryny 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 4. ryby i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne

<p>Podwieczorek Sałatka grecka z prażonymi nasionami</p>	<p>Słonecznik, nasiona, łuskane, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), Ogórek, Oliwki zielone, marynowane, konserwowe, Pomidor, Sok cytrynowy, Olej rzepakowy, Erytrytol, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Woda</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Słonecznik, nasiona, łuskane, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), Ogórek, Oliwki zielone, marynowane, konserwowe, Pomidor, Sok cytrynowy, Olej rzepakowy, Erytrytol, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Woda</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Słonecznik, nasiona, łuskane, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), Ogórek, Oliwki zielone, marynowane, konserwowe, Pomidor, Sok cytrynowy, Olej rzepakowy, Erytrytol, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Woda</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Słonecznik, nasiona, łuskane, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), Ogórek, Oliwki zielone, marynowane, konserwowe, Pomidor, Sok cytrynowy, Olej rzepakowy, Erytrytol, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Woda</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Słonecznik, nasiona, łuskane, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), Ogórek, Oliwki zielone, marynowane, konserwowe, Pomidor, Sok cytrynowy, Olej rzepakowy, Erytrytol, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Woda</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>	<p>Słonecznik, nasiona, łuskane, SER TYPU FETA (MLEKO krowie pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykorja), Ogórek, Oliwki zielone, marynowane, konserwowe, Pomidor, Sok cytrynowy, Olej rzepakowy, Erytrytol, MUSZTARDA (cukier, ekstrakt GORCZYCY, GORCZYCA biała, GORCZYCA czarna, kurkumina, ocet spirytusowy, sól, woda), Woda</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne</p>
<p>Kolacja Kotleciki z kurczaka z cheddarem i kolorową papryką, dip ziołowy</p>	<p>Papryka czerwona, Pomidor, Cebula czerwona, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), 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), Kolendra (liście), Papryka mix (papryka czerwona, papryka zielona, papryka żółta), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Masa JAJECZNA, SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Mąka PSZENNA, TYP 1850</p> <p>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</p>	<p>Papryka czerwona, Pomidor, Cebula czerwona, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), 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), Kolendra (liście), Papryka mix (papryka czerwona, papryka zielona, papryka żółta), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Masa JAJECZNA, SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Mąka PSZENNA, TYP 1850</p> <p>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</p>	<p>Papryka czerwona, Pomidor, Cebula czerwona, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), 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), Kolendra (liście), Papryka mix (papryka czerwona, papryka zielona, papryka żółta), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Masa JAJECZNA, SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Mąka PSZENNA, TYP 1850</p> <p>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</p>	<p>Papryka czerwona, Pomidor, Cebula czerwona, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), 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), Kolendra (liście), Papryka mix (papryka czerwona, papryka zielona, papryka żółta), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Masa JAJECZNA, SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Mąka PSZENNA, TYP 1850</p> <p>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</p>	<p>Papryka czerwona, Pomidor, Cebula czerwona, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), 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), Kolendra (liście), Papryka mix (papryka czerwona, papryka zielona, papryka żółta), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Masa JAJECZNA, SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Mąka PSZENNA, TYP 1850</p> <p>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</p>	<p>Papryka czerwona, Pomidor, Cebula czerwona, MAJONEZ (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko JA), 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), Kolendra (liście), Papryka mix (papryka czerwona, papryka zielona, papryka żółta), Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Masa JAJECZNA, SER CHEDDAR (wiórki) (MLEKO pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, barwnik: annato), Mąka PSZENNA, TYP 1850</p> <p>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</p>