

Posiłek / potrawa / składniki	1200 kcal - 3 posiłków
<p>Drugie śniadanie Deserek Kopiec Kreta</p>	<p>Mąka pszenna, typ 500, Jaja kurze całe, Cukier brązowy, Kakao 16%, proszek, Proszek do pieczenia, Jogurt grecki, Ser twarogowy półtłusty, Miód pszczeni, Banan, Czekolada gorzka, Wiórki kokosowe</p> <p>357,4kcal T:14,4 W:33,5 B:24,0 Bł:1,6</p> <p>Alergeny: 1-8</p>
<p>Obiad Tofu z cebulką i salsą orzechowo- jabłkową, ziemniaki z koperkiem</p>	<p>Tofu, wędzone, Cebula, Liść laurowy, Ziele angielskie, Olej rzepakowy, Sól biała, Pieprz, Ziemniaki, średnio, Koper ogrodowy, Tymianek (świeży), Jabłko, Orzechy włoskie, Masło ekstra, Czosnek</p> <p>495,4kcal T:20,6 W:57,6 B:22,2 Bł:6,6</p> <p>Alergeny: 1-8</p>
<p>Podwieczorek Sałatka z gnocchi, warzywami i serem gouda</p>	<p>Gnocchi, Ogórek konserwowy, Koper ogrodowy, Jogurt grecki, Majonez o obniżonej zawartości tłuszczu, Musztarda, Pieprz, Sól biała, Ser, gouda tłusty, Kukurydza, konserwowa, Roszponka, Burak, kiełki</p> <p>309,8kcal T:17,5 W:24,5 B:13,7 Bł:1,8</p> <p>Alergeny: 1-8</p>