

Posiłek / potrawa / składniki	1200 kcal - 3 posiłków
Drugie śniadanie Sałatka ziemniaczana z jajkiem	Ziemniaki, późne, Cebula czerwona, Ogórki, konserwowe, Koper ogrodowy, Jogurt grecki, Majonez o obniżonej zawartości tłuszczu, Musztarda, Pieprz, Sól biała, Jaja kurze całe, Papryka słodka, przyprawa, Pietruszka dekoracyjna, nać, Kiełki pora 198,0kcal T:7,1 W:24,6 B:9,5 Bł:1,9 Alergeny: Jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne
Obiad Klopsiki z soczewicy po seczuańsku z ryżem basmati	Imbir, przyprawa, Czosnek, Sos sojowy, Miód pszczeli, Papryka słodka, przyprawa, Koncentrat pomidorowy, 30%, Marchew, Papryka czerwona, Papryka zielona, Cebula czerwona, Chili, płatki, Mąka ziemniaczana, Olej rzepakowy, Ryż basmati, Sezam, nasiona, Szczypiorek, Kalafior romanesco, mrożony, Soczewica, konserwowa, Marchew, Bułka tarta, Sól biała, Jaja kurze całe, Mąka pszenna, typ 500, Czosnek, Cebula 606,7kcal T:6,9 W:114,4 B:24,1 Bł:17,0 Alergeny: Soja i produkty pochodne, sezam i produkty pochodne, jaja i produkty pochodne
Podwieczorek Dietetyczne szyszki	Czekolada gorzka, Mleko spożywcze, 1,5 % tłuszczu, Ryż preparowany, Banan, Daktyle, suszone, Masło orzechowe, Pomarańcza 378,5kcal T:14,9 W:55,9 B:7,0 Bł:4,8 Alergeny: Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne