

Posiłek / potrawa / składniki	2000 kcal - 3 posiłków
<p>Śniadanie Terrina z soczewicy z pestkami dyni, bagietka pełnoziarnista, ogórek kwaszony</p>	<p>Soczewica czerwona, nasiona suche, Papryka czerwona, Marchew, Cebula, Czosnek, Ser, cheddar pełnotłusty, Papryka ostra, przyprawa, Dynia, pestki, łuskane, Bułka tarta, Jaja kurze całe, Curry, przyprawa, Kminek, Olej rzepakowy, Bagietka pełnoziarnista, Rukola, Kielki rzodkiewki, Ogórek kwaszony</p> <p>614,9kcal T:16,5 W:86,0 B:34,4 Bł:16,2</p> <p>Alergeny: 1-8</p>
<p>Obiad Wątróbka z indyka z cebulką i salsą orzechowo- jabłkową, ziemniaki z koperkiem</p>	<p>Wątróbka z indyka, Mleko spożywcze, 1,5 % tłuszczu, Cebula, Liść laurowy, Ziele angielskie, Olej rzepakowy, Sól biała, Pieprz, Ziemniaki, średnio, Koper ogrodowy, Tymianek (świeży), Jabłko, Orzechy włoskie, Masło ekstra, Czosnek</p> <p>717,1kcal T:27,9 W:69,4 B:46,9 Bł:8,8</p> <p>Alergeny: 1-8</p>
<p>Kolacja Paella z chorizo i krewetkami na białym winie</p>	<p>Ryż krótkoziarnisty (typu arborio), Cebula, Olej rzepakowy, Czosnek, Passata pomidorowa (przecier), Cukinia, Papryka czerwona, mrożona, Wino białe, wytrawne, Papryka wędzona, przyprawa, Chili przyprawa, Chorizo, Krewetki, Masło ekstra, Bazylia świeża, Pietruszka dekoracyjna, nać</p> <p>661,5kcal T:25,9 W:72,7 B:28,2 Bł:4,9</p> <p>Alergeny: 1-8</p>