

Posiłek / potrawa / składniki	2000 kcal - 3 posiłków
<p>Śniadanie Owsianka z karmelizowaną gruszką, cynamonem i orzechami włoskimi</p>	<p>Płatki owsiane, Mleko spożywcze, 1,5 % tłuszczu, Miód pszczeli, Gruszka, Cukier brązowy, Cynamon, Masło ekstra, Orzechy włoskie, Kwiaty jadalne, Granat</p> <p>495,6kcal T:16,4 W:73,3 B:16,1 Bł:7,0</p> <p>Alergeny: Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), zboża zawierające gluten i produkty pochodne, orzechy i produkty pochodne</p>
<p>Obiad Kurczak po seczuańsku z ryżem basmati</p>	<p>Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Mąka ziemniaczana, Olej rzepakowy, 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</p> <p>852,1kcal T:15,4 W:119,4 B:64,2 Bł:9,9</p> <p>Alergeny: Soja i produkty pochodne, sezam i produkty pochodne</p>
<p>Kolacja Tarta z brokułami i serem feta na cieście francuskim, sos czosnkowy</p>	<p>Ciasto francuskie (mąka pszenna, margaryna, sól, woda, ocet, jaja, mleko), Masło ekstra, Bułka tarta, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Ser typu Feta, Czosnek, Brokuły, mrożone, Marchew, Sól biała, Pieprz, Kiełki rzodkiewki, Roszponka, Oregano, świeże, Jogurt grecki, Czosnek, Sól biała, Pieprz</p> <p>700,2kcal T:45,3 W:47,6 B:26,4 Bł:4,3</p> <p>Alergeny: Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), zboża zawierające gluten i produkty pochodne, jaja i produkty pochodne</p>