

| Posiłek / potrawa / składniki | 1800 kcal - 5 posiłków | 2700 kcal - 5 posiłków | 3500 kcal - 5 posiłków |
|--|--|--|--|
| Śniadanie Kolorowa zapiekanka z chorizo, świeże warzywa | Rukola, Papryka czerwona, Ogórek, Masa JAJECZNA, Papryka mix (papryka czerwona, papryka zielona, papryka żółta), Brokuły, Cukinia, Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Chorizo (mięso wieprzowe, sól, papryka, pieprz cayenne, syrop glukozowy, cukier, przyprawy, naturalne osłonki wieprzowe) 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 | Rukola, Papryka czerwona, Ogórek, Masa JAJECZNA, Papryka mix (papryka czerwona, papryka zielona, papryka żółta), Brokuły, Cukinia, Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Chorizo (mięso wieprzowe, sól, papryka, pieprz cayenne, syrop glukozowy, cukier, przyprawy, naturalne osłonki wieprzowe) 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 | Rukola, Papryka czerwona, Ogórek, Masa JAJECZNA, Papryka mix (papryka czerwona, papryka zielona, papryka żółta), Brokuły, Cukinia, Ser mozzarella (wiórki) (mleko krowie pasteryzowane, żywe kultury bakterii, sól, podpuszczka), Chorizo (mięso wieprzowe, sól, papryka, pieprz cayenne, syrop glukozowy, cukier, przyprawy, naturalne osłonki wieprzowe) 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 |
| Drugie śniadanie Keto koktajl wiśniowy | Woda, Erytrytol, Wiśnie bez pestek, mrożone, Mleko kokosowe, Odżywka białkowa, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne | Woda, Erytrytol, Wiśnie bez pestek, mrożone, Mleko kokosowe, Odżywka białkowa, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne | Woda, Erytrytol, Wiśnie bez pestek, mrożone, Mleko kokosowe, Odżywka białkowa, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne |
| Obiad Kurczak w stylu tikka masala, surówka z białej kapusty | Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Pomidory z puszkii (krojone), Cebula, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Czosnek, Erytrytol, Imbir świeży, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Kapusta biała, Koper ogrodowy, Oliwa z oliwek, Papryka czerwona Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne | Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Pomidory z puszkii (krojone), Cebula, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Czosnek, Erytrytol, Imbir świeży, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Kapusta biała, Koper ogrodowy, Oliwa z oliwek, Papryka czerwona Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne | Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Pomidory z puszkii (krojone), Cebula, MASŁO EKSTRA (tłuszcz MLECZNY 83%), Czosnek, Erytrytol, Imbir świeży, ŚMIETANKA KREMOWA, 30% tłuszczu (MLEKO odtłuszczone, ŚMIETANKA), Kapusta biała, Koper ogrodowy, Oliwa z oliwek, Papryka czerwona Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne |
| Podwieczorek Keto kulki mocy | Wiórki kokosowe, MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), Mąka kokosowa, Erytrytol, Kakao 16%, proszek | Wiórki kokosowe, MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), Mąka kokosowa, Erytrytol, Kakao 16%, proszek | Wiórki kokosowe, MASŁO ORZECHOWE (ORZECHY ARACHIDOWE 100%), Mąka kokosowa, Erytrytol, Kakao 16%, proszek |
| Kolacja Kotlety mielone, surówka z ogórków kiszonych | Cebula, Masa JAJECZNA, Oliwa z oliwek, Mąka kokosowa, Wieprzowina, łopatka (mielona), Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), Cebula czerwona, Oliwa z oliwek | Cebula, Masa JAJECZNA, Oliwa z oliwek, Mąka kokosowa, Wieprzowina, łopatka (mielona), Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), Cebula czerwona, Oliwa z oliwek | Cebula, Masa JAJECZNA, Oliwa z oliwek, Mąka kokosowa, Wieprzowina, łopatka (mielona), Ogórki kiszone (ogórek gruntowy, sól), Cebula czerwona, Oliwa z oliwek |