

Posiłek / potrawa / składniki	ok. 900-1200 kcal - 3 posiłki
Śniadanie Migdałowa owsianka z brzoskwinią	<p style="text-align: center;">Brzoskwinia w syropie, Czekolada biała, Miód pszczeli, Płatki owsiane, Mleko spożywcze, 1,5 % tłuszczu, Migdały w płatkach</p> <p style="text-align: center;">Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 8. orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland i produkty pochodne</p>
Drugie śniadanie Fasolka szparagowa po grecku	<p style="text-align: center;">Fasolka szparagowa, mrożona, Cebula czerwona, Oliwa z oliwek, Czosnek, Pomidory z puszek (krojone), Cynamon, Oliwki czarne, Ser typu Feta</p> <p style="text-align: center;">Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>
Obiad Vege cottage pie, surówka z białej kapusty	<p style="text-align: center;">Soczewica czerwona, nasiona suche, Cebula, Seler naciowy, Marchew, Pomidory z puszek (krojone), Pietruszka, korzeń, Oliwa z oliwek, Sos worcestershire, Mleko spożywcze, 1,5 % tłuszczu, Ziemniaki, Masło ekstra, Kapusta biała, Marchew, Koper ogrodowy, Oliwa z oliwek</p> <p style="text-align: center;">Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 9. seler i produkty pochodne</p>