

Posiłek / potrawa / składniki	DIETA VEGE+RYBY 1500 kcal	DIETA VEGE+RYBY 2000 kcal	DIETA VEGE+RYBY 2500 kcal
<b>Śniadanie</b> Frittata z mozzarellą i szpinakiem oraz salsa pomidorowa	Jaja kurze całe, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Masło klarowane, Cebula, Czosnek, Szpinak, Ser mozzarella, Szczypiorek, Pomidory z puszki (krojone), Cebula czerwona, Papryka zielona	Jaja kurze całe, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Masło klarowane, Cebula, Czosnek, Szpinak, Ser mozzarella, Szczypiorek, Pomidory z puszki (krojone), Cebula czerwona, Papryka zielona	Jaja kurze całe, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Masło klarowane, Cebula, Czosnek, Szpinak, Ser mozzarella, Szczypiorek, Pomidory z puszki (krojone), Cebula czerwona, Papryka zielona
<b>II śniadanie</b> Krem paprykowo-pomidorowy z bazylią	Papryka czerwona, Ziemniaki, gotowane w wodzie, Cebula, Masło ekstra, Sól biała, pieprz, Cukier, Pomidory z puszki (krojone), Bazylia świeża, Czosnek, Bulion warzywny, Olej rzepakowy	Papryka czerwona, Ziemniaki, gotowane w wodzie, Cebula, Masło ekstra, Sól biała, pieprz, Cukier, Pomidory z puszki (krojone), Bazylia świeża, Czosnek, Bulion warzywny, Olej rzepakowy	Papryka czerwona, Ziemniaki, gotowane w wodzie, Cebula, Masło ekstra, Sól biała, pieprz, Cukier, Pomidory z puszki (krojone), Bazylia świeża, Czosnek, Bulion warzywny, Olej rzepakowy
<b>Obiad</b> Kotlet wegetariański z czerwonej fasoli podany z gratine ziemniaczanym i surówką z białej rzodkwi, marchewki i jabłka	Fasola czerwona (konserwowa), Cebula, Czosnek, Jaja kurze całe, Pietruszka, liście, Mąka pszenna typ 500, Bułka tarta, Olej rzepakowy, Ziemniaki, gotowane w wodzie, Śmietanka kremowa, 30% tłuszczu, Masło ekstra, Ser mozzarella, Jaja kurze całe, Pietruszka, korzeń, Cebula, Jabłko, Marchew, <b>Biała rzodkiew</b> , Jogurt naturalny, 2% tłuszczu	Fasola czerwona (konserwowa), Cebula, Czosnek, Jaja kurze całe, Pietruszka, liście, Mąka pszenna typ 500, Bułka tarta, Olej rzepakowy, Ziemniaki, gotowane w wodzie, Śmietanka kremowa, 30% tłuszczu, Masło ekstra, Ser mozzarella, Jaja kurze całe, Pietruszka, korzeń, Cebula, Jabłko, Marchew, <b>Biała rzodkiew</b> , Jogurt naturalny, 2% tłuszczu	Fasola czerwona (konserwowa), Cebula, Czosnek, Jaja kurze całe, Pietruszka, liście, Mąka pszenna typ 500, Bułka tarta, Olej rzepakowy, Ziemniaki, gotowane w wodzie, Śmietanka kremowa, 30% tłuszczu, Masło ekstra, Ser mozzarella, Jaja kurze całe, Pietruszka, korzeń, Cebula, Jabłko, Marchew, <b>Biała rzodkiew</b> , Jogurt naturalny, 2% tłuszczu
<b>Podwieczorek</b> Jagodowy pudding z tapioki z kawałkami melona	Tapioka (granulat suchy), <b>Napój sojowy, mleko</b> , Mleko kokosowe, Czarne jagody, mrożone, Cukier, Ekstrakt waniliowy, Melon	Tapioka (granulat suchy), <b>Napój sojowy, mleko</b> , Mleko kokosowe, Czarne jagody, mrożone, Cukier, Ekstrakt waniliowy, Melon	Tapioka (granulat suchy), <b>Napój sojowy, mleko</b> , Mleko kokosowe, Czarne jagody, mrożone, Cukier, Ekstrakt waniliowy, Melon
<b>Kolacja</b> Gołąbki z pieczarkami, soczewicą i serem solankowym w sosie koperkowym podane z pieczywem od Bo Chenka	Pieczarki smaźone, Soczewica czerwona ugotowana, Ser typu Feta, Cebula, Kasza gryczana, gotowana, pieprz, Czosnek, Olej rzepakowy, Kapusta włoska, Bulion warzywny, <b>Sycylijszyk, chleb pszenno-żytni z oliwkami, Bochenek</b> , Śmietana, 18% tłuszczu, Koper ogrodowy, Bulion warzywny, Czosnek, Bazylia świeża, Sól biała, pieprz	Pieczarki smaźone, Soczewica czerwona ugotowana, Ser typu Feta, Cebula, Kasza gryczana, gotowana, pieprz, Czosnek, Olej rzepakowy, Kapusta włoska, Bulion warzywny, <b>Sycylijszyk, chleb pszenno-żytni z oliwkami, Bochenek</b> , Śmietana, 18% tłuszczu, Koper ogrodowy, Bulion warzywny, Czosnek, Bazylia świeża, Sól biała, pieprz	Pieczarki smaźone, Soczewica czerwona ugotowana, Ser typu Feta, Cebula, Kasza gryczana, gotowana, pieprz, Czosnek, Olej rzepakowy, Kapusta włoska, Bulion warzywny, <b>Sycylijszyk, chleb pszenno-żytni z oliwkami, Bochenek</b> , Śmietana, 18% tłuszczu, Koper ogrodowy, Bulion warzywny, Czosnek, Bazylia świeża, Sól biała, pieprz