

Posiłek / potrawa / składniki	PURE OFFICE - 3 posiłki (drugie śniadanie, obiad, podwieczerek)	PURE TRI 1600 kcal - 3 posiłki (śniadanie, obiad, kolacja)	1500 kcal - 5 posiłków	2000 kcal - 5 posiłków	2500 kcal - 5 posiłków	3000 kcal - 5 posiłków
<b>Śniadanie</b> Kokosowa kasza gryczana zapiekana z malinami i gorzką czekoladą		Kasza gryczana niepalona (biała), Mleko bezlaktosowe 1,5%, Jaja kurze całe, Wiórki kokosowe, Czekolada gorzka, Maliny, mrożone  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Kasza gryczana niepalona (biała), Mleko bezlaktosowe 1,5%, Jaja kurze całe, Wiórki kokosowe, Czekolada gorzka, Maliny, mrożone  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Kasza gryczana niepalona (biała), Mleko bezlaktosowe 1,5%, Jaja kurze całe, Wiórki kokosowe, Czekolada gorzka, Maliny, mrożone  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Kasza gryczana niepalona (biała), Mleko bezlaktosowe 1,5%, Jaja kurze całe, Wiórki kokosowe, Czekolada gorzka, Maliny, mrożone  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Kasza gryczana niepalona (biała), Mleko bezlaktosowe 1,5%, Jaja kurze całe, Wiórki kokosowe, Czekolada gorzka, Maliny, mrożone  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
<b>Drugie śniadanie</b> Sałatka z mozzarellą, czarnymi oliwkami i pomidorami	<b>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria)</b> , Mozzarella bez laktozy, Pomidor, Oliwki czarne, Dynia, pestki, łuskane, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Sok cytrynowy, MUSZTARDA  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne		<b>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria)</b> , Mozzarella bez laktozy, Pomidor, Oliwki czarne, Dynia, pestki, łuskane, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Sok cytrynowy, MUSZTARDA  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	<b>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria)</b> , Mozzarella bez laktozy, Pomidor, Oliwki czarne, Dynia, pestki, łuskane, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Sok cytrynowy, MUSZTARDA  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	<b>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria)</b> , Mozzarella bez laktozy, Pomidor, Oliwki czarne, Dynia, pestki, łuskane, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Sok cytrynowy, MUSZTARDA  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	<b>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria)</b> , Mozzarella bez laktozy, Pomidor, Oliwki czarne, Dynia, pestki, łuskane, Oliwa z oliwek, Miód pszczeli, Sok cytrynowy, MUSZTARDA  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne
<b>Obiad</b> Vege bogracz z papryką i fasolą, puree ziemniaczane	Pomidory z puszeki (krojone), Fasola czerwona (konserwowa), Cebula, Papryka czerwona, Oliwa z oliwek, Koncentrat pomidorowy, 30%, Czosnek, Tofu wędzone (woda, ziarna soi, wapń), Ziemniaki, Mleko bezlaktosowe 1,5%, Masło ekstra  Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Pomidory z puszeki (krojone), Fasola czerwona (konserwowa), Cebula, Papryka czerwona, Oliwa z oliwek, Koncentrat pomidorowy, 30%, Czosnek, Tofu wędzone (woda, ziarna soi, wapń), Ziemniaki, Mleko bezlaktosowe 1,5%, Masło ekstra  Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Pomidory z puszeki (krojone), Fasola czerwona (konserwowa), Cebula, Papryka czerwona, Oliwa z oliwek, Koncentrat pomidorowy, 30%, Czosnek, Tofu wędzone (woda, ziarna soi, wapń), Ziemniaki, Mleko bezlaktosowe 1,5%, Masło ekstra  Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Pomidory z puszeki (krojone), Fasola czerwona (konserwowa), Cebula, Papryka czerwona, Oliwa z oliwek, Koncentrat pomidorowy, 30%, Czosnek, Tofu wędzone (woda, ziarna soi, wapń), Ziemniaki, Mleko bezlaktosowe 1,5%, Masło ekstra  Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Pomidory z puszeki (krojone), Fasola czerwona (konserwowa), Cebula, Papryka czerwona, Oliwa z oliwek, Koncentrat pomidorowy, 30%, Czosnek, Tofu wędzone (woda, ziarna soi, wapń), Ziemniaki, Mleko bezlaktosowe 1,5%, Masło ekstra  Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Pomidory z puszeki (krojone), Fasola czerwona (konserwowa), Cebula, Papryka czerwona, Oliwa z oliwek, Koncentrat pomidorowy, 30%, Czosnek, Tofu wędzone (woda, ziarna soi, wapń), Ziemniaki, Mleko bezlaktosowe 1,5%, Masło ekstra  Alergeny: 6. soja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne
<b>Podwieczerek</b> Smoothie z czerwonych owoców	Jogurt naturalny bez laktozy (mleko, odtłuszczone mleko w proszku, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych), Truskawki, mrożone, Banan, Burak, Miód pszczeli, Woda, Maliny, mrożone, Wiśnie bez pestek, mrożone  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne		Jogurt naturalny bez laktozy (mleko, odtłuszczone mleko w proszku, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych), Truskawki, mrożone, Banan, Burak, Miód pszczeli, Woda, Maliny, mrożone, Wiśnie bez pestek, mrożone  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Jogurt naturalny bez laktozy (mleko, odtłuszczone mleko w proszku, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych), Truskawki, mrożone, Banan, Burak, Miód pszczeli, Woda, Maliny, mrożone, Wiśnie bez pestek, mrożone  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Jogurt naturalny bez laktozy (mleko, odtłuszczone mleko w proszku, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych), Truskawki, mrożone, Banan, Burak, Miód pszczeli, Woda, Maliny, mrożone, Wiśnie bez pestek, mrożone  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Jogurt naturalny bez laktozy (mleko, odtłuszczone mleko w proszku, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych), Truskawki, mrożone, Banan, Burak, Miód pszczeli, Woda, Maliny, mrożone, Wiśnie bez pestek, mrożone  Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne

## Kolacja

Bezglutenowe kluski z vege kotlecikami i fasolką szparagową

Kluski śląskie bezglutenowe (ziemniaki, skrobia ziemniaczana, masa jajowa, płatki ziemniaczane, woda), Masło ekstra, Kotleciki z ciecierzycy (ciecierzyca, błonnik grochowy, pietruszka, cebula, przyprawy naturalne), Czosnek, Papryczka ostra chili, Fasolka szparagowa, mrożona, Pietruszka, liście

### 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

Kluski śląskie bezglutenowe (ziemniaki, skrobia ziemniaczana, masa jajowa, płatki ziemniaczane, woda), Masło ekstra, Kotleciki z ciecierzycy (ciecierzyca, błonnik grochowy, pietruszka, cebula, przyprawy naturalne), Czosnek, Papryczka ostra chili, Fasolka szparagowa, mrożona, Pietruszka, liście

### 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

Kluski śląskie bezglutenowe (ziemniaki, skrobia ziemniaczana, masa jajowa, płatki ziemniaczane, woda), Masło ekstra, Kotleciki z ciecierzycy (ciecierzyca, błonnik grochowy, pietruszka, cebula, przyprawy naturalne), Czosnek, Papryczka ostra chili, Fasolka szparagowa, mrożona, Pietruszka, liście

### 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

Kluski śląskie bezglutenowe (ziemniaki, skrobia ziemniaczana, masa jajowa, płatki ziemniaczane, woda), Masło ekstra, Kotleciki z ciecierzycy (ciecierzyca, błonnik grochowy, pietruszka, cebula, przyprawy naturalne), Czosnek, Papryczka ostra chili, Fasolka szparagowa, mrożona, Pietruszka, liście

### 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

Kluski śląskie bezglutenowe (ziemniaki, skrobia ziemniaczana, masa jajowa, płatki ziemniaczane, woda), Masło ekstra, Kotleciki z ciecierzycy (ciecierzyca, błonnik grochowy, pietruszka, cebula, przyprawy naturalne), Czosnek, Papryczka ostra chili, Fasolka szparagowa, mrożona, Pietruszka, liście

### 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