

Posiłek / potrawa / składniki	PURE OFFICE - 3 posiłki (drugie śniadanie, obiad, podwieczorek)	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
<p><b>Śniadanie</b> Bułeczka z pastą jajeczną z suszonymi pomidorami i bazylią</p>		<p>Pomidor, Bułka bezglutenowa (skrobia kukurydziana, mąka ryżowa, mąka gryczana, błonnik jabłkowy, skrobia ryżowa, olej rzepakowy, białko sojowe, cukier,sól), JAJA KURZE CAŁE, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Bazylia świeża, Majonez (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko jaj, musztarda (woda, ocet spirytusowy, gorczyca, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Jogurt naturalny bez laktozy (mleko, odtłuszczone mleko w proszku, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych), Pieprz czarny młotkowany</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Pomidor, Bułka bezglutenowa (skrobia kukurydziana, mąka ryżowa, mąka gryczana, błonnik jabłkowy, skrobia ryżowa, olej rzepakowy, białko sojowe, cukier,sól), JAJA KURZE CAŁE, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Bazylia świeża, Majonez (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko jaj, musztarda (woda, ocet spirytusowy, gorczyca, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Jogurt naturalny bez laktozy (mleko, odtłuszczone mleko w proszku, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych), Pieprz czarny młotkowany</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Pomidor, Bułka bezglutenowa (skrobia kukurydziana, mąka ryżowa, mąka gryczana, błonnik jabłkowy, skrobia ryżowa, olej rzepakowy, białko sojowe, cukier,sól), JAJA KURZE CAŁE, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Bazylia świeża, Majonez (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko jaj, musztarda (woda, ocet spirytusowy, gorczyca, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Jogurt naturalny bez laktozy (mleko, odtłuszczone mleko w proszku, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych), Pieprz czarny młotkowany</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Pomidor, Bułka bezglutenowa (skrobia kukurydziana, mąka ryżowa, mąka gryczana, błonnik jabłkowy, skrobia ryżowa, olej rzepakowy, białko sojowe, cukier,sól), JAJA KURZE CAŁE, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Bazylia świeża, Majonez (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko jaj, musztarda (woda, ocet spirytusowy, gorczyca, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Jogurt naturalny bez laktozy (mleko, odtłuszczone mleko w proszku, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych), Pieprz czarny młotkowany</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Pomidor, Bułka bezglutenowa (skrobia kukurydziana, mąka ryżowa, mąka gryczana, błonnik jabłkowy, skrobia ryżowa, olej rzepakowy, białko sojowe, cukier,sól), JAJA KURZE CAŁE, Suszone pomidory (pomidory suszone, woda, cukier, sól, ocet winny, olej roślinny rzepakowy, mieszanka ziół), Bazylia świeża, Majonez (olej roślinny rzepakowy, woda, żółtko jaj, musztarda (woda, ocet spirytusowy, gorczyca, cukier, skrobia modyfikowana, sól, substancje zagęszczające: guma guar), Jogurt naturalny bez laktozy (mleko, odtłuszczone mleko w proszku, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych), Pieprz czarny młotkowany</p> <p>Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne</p>
<p><b>Drugie śniadanie</b> Koktajl porzeczkowy z chia</p>	<p>Mleko bezlaktozowe 1,5%, Porzeczki czarne, mrożone, Miód pszczeli, Banan, Nasiona chia</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Mleko bezlaktozowe 1,5%, Porzeczki czarne, mrożone, Miód pszczeli, Banan, Nasiona chia</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Mleko bezlaktozowe 1,5%, Porzeczki czarne, mrożone, Miód pszczeli, Banan, Nasiona chia</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Mleko bezlaktozowe 1,5%, Porzeczki czarne, mrożone, Miód pszczeli, Banan, Nasiona chia</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Mleko bezlaktozowe 1,5%, Porzeczki czarne, mrożone, Miód pszczeli, Banan, Nasiona chia</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Mleko bezlaktozowe 1,5%, Porzeczki czarne, mrożone, Miód pszczeli, Banan, Nasiona chia</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>
<p><b>Obiad</b> Tagine warzywny, ziołowa komosa, marokańska sałatka</p>	<p>Ciecierzycy (woda, cieciorka, sól), Daktyle, suszone, Cebula, Czosnek, Pomidory z puszki (krojone), Passata pomidorowa (przecier), Bulion warzywny, Miód pszczeli, Oliwa z oliwek, Komosa ryżowa (Quinoa), ziarna, Sok cytrynowy, Pietruszka, liście, Koper ogrodowy, Ogórek, Pomidor, Cebula czerwona, Pietruszka, liście</p>	<p>Ciecierzycy (woda, cieciorka, sól), Daktyle, suszone, Cebula, Czosnek, Pomidory z puszki (krojone), Passata pomidorowa (przecier), Bulion warzywny, Miód pszczeli, Oliwa z oliwek, Komosa ryżowa (Quinoa), ziarna, Sok cytrynowy, Pietruszka, liście, Koper ogrodowy, Ogórek, Pomidor, Cebula czerwona, Pietruszka, liście</p>	<p>Ciecierzycy (woda, cieciorka, sól), Daktyle, suszone, Cebula, Czosnek, Pomidory z puszki (krojone), Passata pomidorowa (przecier), Bulion warzywny, Miód pszczeli, Oliwa z oliwek, Komosa ryżowa (Quinoa), ziarna, Sok cytrynowy, Pietruszka, liście, Koper ogrodowy, Ogórek, Pomidor, Cebula czerwona, Pietruszka, liście</p>	<p>Ciecierzycy (woda, cieciorka, sól), Daktyle, suszone, Cebula, Czosnek, Pomidory z puszki (krojone), Passata pomidorowa (przecier), Bulion warzywny, Miód pszczeli, Oliwa z oliwek, Komosa ryżowa (Quinoa), ziarna, Sok cytrynowy, Pietruszka, liście, Koper ogrodowy, Ogórek, Pomidor, Cebula czerwona, Pietruszka, liście</p>	<p>Ciecierzycy (woda, cieciorka, sól), Daktyle, suszone, Cebula, Czosnek, Pomidory z puszki (krojone), Passata pomidorowa (przecier), Bulion warzywny, Miód pszczeli, Oliwa z oliwek, Komosa ryżowa (Quinoa), ziarna, Sok cytrynowy, Pietruszka, liście, Koper ogrodowy, Ogórek, Pomidor, Cebula czerwona, Pietruszka, liście</p>	<p>Ciecierzycy (woda, cieciorka, sól), Daktyle, suszone, Cebula, Czosnek, Pomidory z puszki (krojone), Passata pomidorowa (przecier), Bulion warzywny, Miód pszczeli, Oliwa z oliwek, Komosa ryżowa (Quinoa), ziarna, Sok cytrynowy, Pietruszka, liście, Koper ogrodowy, Ogórek, Pomidor, Cebula czerwona, Pietruszka, liście</p>
<p><b>Podwieczorek</b> Zupa krem z zielonych warzyw z fetą</p>	<p>Oliwa z oliwek, Brokuły, mrożone, Groszek zielony, mrożony, Por, Pietruszka, korzeń, Cebula, Ziemiaki, średnio, Szpinak, mrożony, Ser Feta bez laktozy (mleko krowie bez laktozy, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Bulion warzywny</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Oliwa z oliwek, Brokuły, mrożone, Groszek zielony, mrożony, Por, Pietruszka, korzeń, Cebula, Ziemiaki, średnio, Szpinak, mrożony, Ser Feta bez laktozy (mleko krowie bez laktozy, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Bulion warzywny</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Oliwa z oliwek, Brokuły, mrożone, Groszek zielony, mrożony, Por, Pietruszka, korzeń, Cebula, Ziemiaki, średnio, Szpinak, mrożony, Ser Feta bez laktozy (mleko krowie bez laktozy, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Bulion warzywny</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Oliwa z oliwek, Brokuły, mrożone, Groszek zielony, mrożony, Por, Pietruszka, korzeń, Cebula, Ziemiaki, średnio, Szpinak, mrożony, Ser Feta bez laktozy (mleko krowie bez laktozy, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Bulion warzywny</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Oliwa z oliwek, Brokuły, mrożone, Groszek zielony, mrożony, Por, Pietruszka, korzeń, Cebula, Ziemiaki, średnio, Szpinak, mrożony, Ser Feta bez laktozy (mleko krowie bez laktozy, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Bulion warzywny</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>	<p>Oliwa z oliwek, Brokuły, mrożone, Groszek zielony, mrożony, Por, Pietruszka, korzeń, Cebula, Ziemiaki, średnio, Szpinak, mrożony, Ser Feta bez laktozy (mleko krowie bez laktozy, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury starterowe), Bulion warzywny</p> <p>Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne</p>

**Kolacja**  
Spaghetti primavera

Makaron spaghetti bezglutenowy (mąka kukurydziana, mąka ryżowa), Bazylia świeża, Groszek zielony, mrożony, Oliwa z oliwek, Ser twardy długodojrzewający (tarty), Pietruszka, liście, Fasolka szparagowa

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

Makaron spaghetti bezglutenowy (mąka kukurydziana, mąka ryżowa), Bazylia świeża, Groszek zielony, mrożony, Oliwa z oliwek, Ser twardy długodojrzewający (tarty), Pietruszka, liście, Fasolka szparagowa

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

Makaron spaghetti bezglutenowy (mąka kukurydziana, mąka ryżowa), Bazylia świeża, Groszek zielony, mrożony, Oliwa z oliwek, Ser twardy długodojrzewający (tarty), Pietruszka, liście, Fasolka szparagowa

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

Makaron spaghetti bezglutenowy (mąka kukurydziana, mąka ryżowa), Bazylia świeża, Groszek zielony, mrożony, Oliwa z oliwek, Ser twardy długodojrzewający (tarty), Pietruszka, liście, Fasolka szparagowa

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

Makaron spaghetti bezglutenowy (mąka kukurydziana, mąka ryżowa), Bazylia świeża, Groszek zielony, mrożony, Oliwa z oliwek, Ser twardy długodojrzewający (tarty), Pietruszka, liście, Fasolka szparagowa

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