

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
Śniadanie Owsianka z wiśniami i prażonym kokosem		Płatki owsiane, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Wiśnie bez pestek, mrożone, Erytrytol, Wiórki kokosowe, Czekolada gorzka	Płatki owsiane, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Wiśnie bez pestek, mrożone, Erytrytol, Wiórki kokosowe, Czekolada gorzka	Płatki owsiane, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Wiśnie bez pestek, mrożone, Erytrytol, Wiórki kokosowe, Czekolada gorzka	Płatki owsiane, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Wiśnie bez pestek, mrożone, Erytrytol, Wiórki kokosowe, Czekolada gorzka	Płatki owsiane, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Wiśnie bez pestek, mrożone, Erytrytol, Wiórki kokosowe, Czekolada gorzka
Drugie śniadanie Zupa krem z pieczonej papryki	Papryka czerwona, mrożona, Oliwa z oliwek, Cebula, Serek naturalny do smarowania, Bulion warzywny, Tymianek (świeży), Papryczka ostra chili, Marchew, Ziemiaki		Papryka czerwona, mrożona, Oliwa z oliwek, Cebula, Serek naturalny do smarowania, Bulion warzywny, Tymianek (świeży), Papryczka ostra chili, Marchew, Ziemiaki	Papryka czerwona, mrożona, Oliwa z oliwek, Cebula, Serek naturalny do smarowania, Bulion warzywny, Tymianek (świeży), Papryczka ostra chili, Marchew, Ziemiaki	Papryka czerwona, mrożona, Oliwa z oliwek, Cebula, Serek naturalny do smarowania, Bulion warzywny, Tymianek (świeży), Papryczka ostra chili, Marchew, Ziemiaki	Papryka czerwona, mrożona, Oliwa z oliwek, Cebula, Serek naturalny do smarowania, Bulion warzywny, Tymianek (świeży), Papryczka ostra chili, Marchew, Ziemiaki
Obiad Indyk w ziołach, puree z zielonego groszku, surówka z kapusty pekińskiej	Mięso z podudzia indyka, bez skóry, Tymianek suszony, Bazylia suszona, Oliwa z oliwek, Groszek zielony, mrożony, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Masło klarowane, Kapusta pekińska, Marchew, Koper ogrodowy, Oliwa z oliwek	Mięso z podudzia indyka, bez skóry, Tymianek suszony, Bazylia suszona, Oliwa z oliwek, Groszek zielony, mrożony, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Masło klarowane, Kapusta pekińska, Marchew, Koper ogrodowy, Oliwa z oliwek	Mięso z podudzia indyka, bez skóry, Tymianek suszony, Bazylia suszona, Oliwa z oliwek, Groszek zielony, mrożony, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Masło klarowane, Kapusta pekińska, Marchew, Koper ogrodowy, Oliwa z oliwek	Mięso z podudzia indyka, bez skóry, Tymianek suszony, Bazylia suszona, Oliwa z oliwek, Groszek zielony, mrożony, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Masło klarowane, Kapusta pekińska, Marchew, Koper ogrodowy, Oliwa z oliwek	Mięso z podudzia indyka, bez skóry, Tymianek suszony, Bazylia suszona, Oliwa z oliwek, Groszek zielony, mrożony, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Masło klarowane, Kapusta pekińska, Marchew, Koper ogrodowy, Oliwa z oliwek	Mięso z podudzia indyka, bez skóry, Tymianek suszony, Bazylia suszona, Oliwa z oliwek, Groszek zielony, mrożony, MLEKO SPOŻYWCZE, 1,5 % TŁUSZCZU, Masło klarowane, Kapusta pekińska, Marchew, Koper ogrodowy, Oliwa z oliwek
Podwieczorek Koktajl jagodowy z chia	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Czarne jagody, mrożone, Mleko spożywcze, 1,5 % tłuszczu, Miód pszczeli, Woda, Nasiona chia		Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Czarne jagody, mrożone, Mleko spożywcze, 1,5 % tłuszczu, Miód pszczeli, Woda, Nasiona chia	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Czarne jagody, mrożone, Mleko spożywcze, 1,5 % tłuszczu, Miód pszczeli, Woda, Nasiona chia	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Czarne jagody, mrożone, Mleko spożywcze, 1,5 % tłuszczu, Miód pszczeli, Woda, Nasiona chia	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Czarne jagody, mrożone, Mleko spożywcze, 1,5 % tłuszczu, Miód pszczeli, Woda, Nasiona chia
Kolacja Budda bowl z ciecierzycą, warzywami i sosem sezamowym z chil		Marchew, Papryka czerwona, Oliwa z oliwek, Ciecierzycza (w zalewie), Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria) , Pietruszka, liście, Orzechy arachidowe, Ananas, świeży, Oliwa z oliwek, Erytrytol, Papryczka ostra chili, Sok cytrynowy, Tahini (pasta)	Marchew, Papryka czerwona, Oliwa z oliwek, Ciecierzycza (w zalewie), Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria) , Pietruszka, liście, Orzechy arachidowe, Ananas, świeży, Oliwa z oliwek, Erytrytol, Papryczka ostra chili, Sok cytrynowy, Tahini (pasta)	Marchew, Papryka czerwona, Oliwa z oliwek, Ciecierzycza (w zalewie), Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria) , Pietruszka, liście, Orzechy arachidowe, Ananas, świeży, Oliwa z oliwek, Erytrytol, Papryczka ostra chili, Sok cytrynowy, Tahini (pasta)	Marchew, Papryka czerwona, Oliwa z oliwek, Ciecierzycza (w zalewie), Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria) , Pietruszka, liście, Orzechy arachidowe, Ananas, świeży, Oliwa z oliwek, Erytrytol, Papryczka ostra chili, Sok cytrynowy, Tahini (pasta)	Marchew, Papryka czerwona, Oliwa z oliwek, Ciecierzycza (w zalewie), Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymska, cykoria) , Pietruszka, liście, Orzechy arachidowe, Ananas, świeży, Oliwa z oliwek, Erytrytol, Papryczka ostra chili, Sok cytrynowy, Tahini (pasta)