

Posiłek / potrawa / składniki	1800 kcal - 5 posiłków	2700 kcal - 5 posiłków	3500 kcal - 5 posiłków
<b>Śniadanie</b> Keto krem kokosowy z malinami	Erytrytol, Żelatyna, Wiórki kokosowe, Śmietanka kremowa, 30% tłuszczu, Maliny, mrożone Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Erytrytol, Żelatyna, Wiórki kokosowe, Śmietanka kremowa, 30% tłuszczu, Maliny, mrożone Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Erytrytol, Żelatyna, Wiórki kokosowe, Śmietanka kremowa, 30% tłuszczu, Maliny, mrożone Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
<b>Drugie śniadanie</b> Sałatka z mozzarellą, czarnymi oliwkami i pomidorami	<b>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymaska, cykorja),</b> Ser mozzarella, Pomidor, Oliwki czarne, Dynia, pestki, łuskane, Oliwa z oliwek, Erytrytol, Sok cytrynowy, MUSZTARDA Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	<b>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymaska, cykorja),</b> Ser mozzarella, Pomidor, Oliwki czarne, Dynia, pestki, łuskane, Oliwa z oliwek, Erytrytol, Sok cytrynowy, MUSZTARDA Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne	<b>Miks sałat (lodowa, fryzjerska, rzymaska, cykorja),</b> Ser mozzarella, Pomidor, Oliwki czarne, Dynia, pestki, łuskane, Oliwa z oliwek, Erytrytol, Sok cytrynowy, MUSZTARDA Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne
<b>Obiad</b> Filety z indyka w śmietankowym sosie z papryką i szpinakiem, warzywa na parze	Mięso z podudzia indyka, bez skóry, Papryka czerwona, Szpinak, mrożony, Cebula, Śmietanka kremowa, 30% tłuszczu, Oliwa z oliwek, Kalafior, Brokuły Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Mięso z podudzia indyka, bez skóry, Papryka czerwona, Szpinak, mrożony, Cebula, Śmietanka kremowa, 30% tłuszczu, Oliwa z oliwek, Kalafior, Brokuły Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Mięso z podudzia indyka, bez skóry, Papryka czerwona, Szpinak, mrożony, Cebula, Śmietanka kremowa, 30% tłuszczu, Oliwa z oliwek, Kalafior, Brokuły Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
<b>Podwieczorek</b> Keto koktajl z czerwonych owoców	Śmietanka kremowa, 30% tłuszczu, Erytrytol, Truskawki, mrożone, Maliny, mrożone, Mleko kokosowe, Woda, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Śmietanka kremowa, 30% tłuszczu, Erytrytol, Truskawki, mrożone, Maliny, mrożone, Mleko kokosowe, Woda, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne	Śmietanka kremowa, 30% tłuszczu, Erytrytol, Truskawki, mrożone, Maliny, mrożone, Mleko kokosowe, Woda, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
<b>Kolacja</b> Kolorowa zapiekanka z chorizo	Mąka kokosowa, Ser, cheddar pełnotłusty (wiórki), Papryka czerwona, Jaja kurze całe, Chorizo, Brokuły, Papryka zielona Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Mąka kokosowa, Ser, cheddar pełnotłusty (wiórki), Papryka czerwona, Jaja kurze całe, Chorizo, Brokuły, Papryka zielona Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne	Mąka kokosowa, Ser, cheddar pełnotłusty (wiórki), Papryka czerwona, Jaja kurze całe, Chorizo, Brokuły, Papryka zielona Alergeny: 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne