

LISTA PRODUKTÓW

- ❖ pieczywo orkiszowe
- ❖ mozzarella 40g
- ❖ pomidor
- ❖ bazylia (świeża i suszona)
- ❖ oliwa z oliwek
- ❖ herbata (czerwona i zielona)
- ❖ płatki owsiane
- ❖ otręby pszenne
- ❖ migdały
- ❖ orzechy laskowe
- ❖ orzech włoski
- ❖ orzechy nerkowca
- ❖ woda mineralna
- ❖ jogurt naturalny (1,5) 100g
- ❖ pierś z kurczaka 110g
- ❖ kapary
- ❖ pomidor suszony
- ❖ papryka (czerwona 50g, żółta 70g)
- ❖ olej rzepakowy
- ❖ ogórek zielony 150g
- ❖ musztarda
- ❖ kasza pęczak 50g
- ❖ czosnek
- ❖ pieprz
- ❖ curry
- ❖ papryka słodka mielona
- ❖ cytryna
- ❖ mandarynki 100g
- ❖ ananas 120g
- ❖ kasza kuskus 40g
- ❖ cukinia 50g
- ❖ bakłażan 50g
- ❖ oregano suszone