
LISTA PRODUKTÓW

- ❖ pieczywo pełnoziarniste, graham
- ❖ pomidor 200g
- ❖ sałata
- ❖ herbata (zielona, owocowa)
- ❖ cieciora z puszki 40g
- ❖ pomidor suszony
- ❖ serek ricotta
- ❖ cebula (zwykajna, czerwona)
- ❖ oliwa z oliwek
- ❖ bazylia (świeża, suszona)
- ❖ koncentrat pomidorowy 10g
- ❖ rucola
- ❖ mozzarella light 40g
- ❖ mandarynki
- ❖ woda mineralna
- ❖ cytryna
- ❖ ogórki kiszane 150g
- ❖ ziemniak
- ❖ włoszczyzna
- ❖ jogurt naturalny
- ❖ kostka rosółowa (bez soli)
- ❖ koperek
- ❖ pierś z indyka 100g
- ❖ czosnek
- ❖ papryka zielona 40g
- ❖ papryczka chilli
- ❖ kolendra świeża
- ❖ limonka
- ❖ ryż brązowy 30g
- ❖ pieprz
- ❖ śliwki węgierki 150g
- ❖ mleko sojowe 150ml
- ❖ siemię lniane
- ❖ otręby pszenne
- ❖ cykoria
- ❖ oliwki zielone
- ❖ ogórek 50g
- ❖ kapary 10g
- ❖ ser feta light 50g