
LISTA PRODUKTÓW

- ❖ pieczywo orkiszowe
- ❖ mozzarella 40g
- ❖ pomidor
- ❖ oliwa z oliwek
- ❖ bazylia świeża
- ❖ herbata (czerwona, zielona)
- ❖ woda mineralna
- ❖ płatki owsiane
- ❖ otręby pszenne
- ❖ migdały
- ❖ orzechy (nerkowca, włoskie, laskowe)
- ❖ jogurt naturalny (1,5%)
- ❖ woda mineralna
- ❖ cytryna
- ❖ pierś z kurczaka 50g
- ❖ soczewica zielona 20g
- ❖ pomidory suszone
- ❖ cebula
- ❖ seler naciowy
- ❖ bakłażan 100g
- ❖ koncentrat pomidorowy
- ❖ olej rzepakowy
- ❖ ogórki kiszzone
- ❖ oliwa z oliwek
- ❖ musztarda
- ❖ ryż dziki 20g
- ❖ ryż brązowy 30g
- ❖ czosnek
- ❖ pieprz
- ❖ curry
- ❖ imbir świeży
- ❖ papryka czerwona słodka mielona
- ❖ ananas 120g
- ❖ brokuł 100g
- ❖ makaron razowy rurki 30g
- ❖ ser feta (12%) 25g
- ❖ natka pietruszki
- ❖ kiełki słonecznika
- ❖ słonecznik
- ❖ musztarda miodowa