

LISTA PRODUKTÓW

- ❑ pieczywo pełnoziarniste, razowe
- ❑ oliwa z oliwek
- ❑ rukola
- ❑ mozzarella light 40g
- ❑ pomidor 100g
- ❑ bazylia (świeża, suszona)
- ❑ kiełki rzeżuchy
- ❑ herbata zielona
- ❑ płatki (owsiane, żytnie, orkiszowe)
- ❑ suszone morele 14g
- ❑ suszone jabłko 7g
- ❑ suszona żurawina
- ❑ jogurt naturalny 200g
- ❑ burak 50g
- ❑ włoszczyzna
- ❑ ziemniak 50g
- ❑ biała fasola 20g
- ❑ koncentrat z buraków
- ❑ kostka rosółowa (bez soli)
- ❑ majeranek
- ❑ woda mineralna
- ❑ cytryny
- ❑ pierś z kurczaka 100g
- ❑ cebula
- ❑ papryka (czerwona 40g, żółta 40g)
- ❑ pieczarki 20g
- ❑ zioła prowansalskie
- ❑ czosnek
- ❑ ryż brązowy 50g
- ❑ rzodkiewki 140g
- ❑ kalarepa
- ❑ jabłko
- ❑ orzechy 10g
- ❑ cynamon
- ❑ olejek waniliowy
- ❑ mieszanka sałat
- ❑ bób 50g
- ❑ oliwki 12g
- ❑ ogórek konserwowy 50g
- ❑ pomidorki koktajlowe 100g
- ❑ ocet jabłkowy
- ❑ pstrąg wędzony 50g
- ❑ koperek