

---

## LISTA PRODUKTÓW

- ❖ pieczywo ciemne, orkiszowe
- ❖ jajko
- ❖ awokado 30g
- ❖ czosnek
- ❖ cytryny
- ❖ jogurt naturalny (1,5%)
- ❖ szczypiorek
- ❖ pieprz
- ❖ herbata zielona
- ❖ zielony ogórek 125g
- ❖ woda mineralna
- ❖ jabłko 70g
- ❖ gruszka 60g
- ❖ orzech włoski
- ❖ płatki pszenne
- ❖ zarodki pszenne
- ❖ cukinia 100g
- ❖ olej rzepakowy
- ❖ włoszczyzna
- ❖ gałka muskatołowa
- ❖ pierś z kurczaka 100g
- ❖ limonka
- ❖ świeży imbir
- ❖ zioła prowansalskie
- ❖ ryż brązowy 50g
- ❖ koncentrat pomidorowy
- ❖ rzodkiewki 20g
- ❖ oliwa z oliwek
- ❖ kiwi
- ❖ truskawki 150g
- ❖ mleko sojowe 150ml
- ❖ otręby pszenne
- ❖ bakłażan 100g
- ❖ pomidorki koktajlowe 100g
- ❖ ryż dziki 30g
- ❖ ser feta 50g
- ❖ suszona bazylia
- ❖ suszone oregano