
LISTA PRODUKTÓW

- ❖ pieczywo pełnoziarniste, graham
- ❖ herbata (zielona, owocowa)
- ❖ szpinak Baby Spinach
- ❖ pomidory
- ❖ oliwa z oliwek
- ❖ jajka
- ❖ pieprz
- ❖ serek biały (3%)
- ❖ chrzan
- ❖ wędlina drobiowa 20g
- ❖ sałata
- ❖ ogórek zielony 75g
- ❖ natka pietruszki
- ❖ woda mineralna
- ❖ sok grejpfrutowy 150ml
- ❖ ryż brązowy 50g
- ❖ seler naciowy
- ❖ cebula czerwona 25g
- ❖ cukinia 70g
- ❖ wino białe wytrawne 50ml
- ❖ włoszczyzna
- ❖ pierś z kurczaka 100g
- ❖ pestki dyni
- ❖ parmezan
- ❖ papryka czerwona słodka mielona
- ❖ owoce leśne (mrożone) 120g
- ❖ kefir 150ml
- ❖ otręby pszenne
- ❖ soczewica 20g
- ❖ kiełki
- ❖ pomidorki koktajlowe 100g
- ❖ pomidor suszony
- ❖ roszponka
- ❖ musztarda
- ❖ cytryna