

LISTA PRODUKTÓW

- ❖ pieczywo pełnoziarniste, graham
- ❖ herbata (zielona, owocowa)
- ❖ szpinak Baby Spinach
- ❖ pomidory
- ❖ oliwa z oliwek
- ❖ jajko
- ❖ pieprz
- ❖ serek biały (3%)
- ❖ chrzan
- ❖ wędlina drobiowa 20g
- ❖ sałata
- ❖ ogórek zielony 50g
- ❖ natka pietruszki
- ❖ woda mineralna
- ❖ sok grejpfrutowy 150ml
- ❖ woda mineralna
- ❖ podudzie z kurczaka 75g
- ❖ papryka (czerwona, zielona, żółta)
- ❖ cukinia
- ❖ pieczarki
- ❖ cebula
- ❖ olej rzepakowy
- ❖ kasza jęczmienna 50g
- ❖ liść laurowy
- ❖ ziele angielskie
- ❖ papryka słodka mielona
- ❖ owoce leśne (mrożone) 120g
- ❖ kefir 150ml
- ❖ otręby pszenne
- ❖ ryż brązowy 30g
- ❖ soczewica 20g
- ❖ kiełki
- ❖ pomidorki koktajlowe 100g
- ❖ pomidor suszony
- ❖ musztarda
- ❖ cytryna