
LISTA PRODUKTÓW

- ❖ pieczywo pełnoziarniste
- ❖ oliwa z oliwek
- ❖ polędwica z indyka 20g
- ❖ ser żółty light (23%)
- ❖ sałata lodowa
- ❖ rzodkiewka 20g
- ❖ papryka czerwona
- ❖ herbata (zielona, owocowa)
- ❖ woda mineralna
- ❖ ananas 100g
- ❖ mango 50g
- ❖ orzechy włoskie
- ❖ otręby pszenne
- ❖ jogurt naturalny
- ❖ cytryna
- ❖ kalafior 100g
- ❖ włoszczyzna
- ❖ ziemniak
- ❖ pieprz
- ❖ kostka rosółowa (bez soli)
- ❖ polędwiczka wieprzowa 100g
- ❖ grzyby mrożone 100g
- ❖ cebula
- ❖ olej rzepakowy
- ❖ kasza jaglana 40g
- ❖ jabłko 25g
- ❖ tymianek
- ❖ serek biały light (3%) 30g
- ❖ ogórek zielony 50g
- ❖ koperek
- ❖ mozzarella light 40g
- ❖ pomidorki koktajlowe
- ❖ pomidory suszone
- ❖ oliwki zielone
- ❖ kiełki (dowolne)
- ❖ bazylija świeża
- ❖ ocet balsamiczny
- ❖ sól