
LISTA PRODUKTÓW

- ❖ pieczywo pełnoziarniste, graham
- ❖ pomidor 200g
- ❖ sałata zielona
- ❖ cieciora z puszki 40g
- ❖ suszony pomidor
- ❖ serek risotta
- ❖ herbata (zielona i owocowa)
- ❖ cebula (zwyczajna i czerwona)
- ❖ oliwa z oliwek
- ❖ świeża bazylia
- ❖ koncentrat pomidorowy 10g
- ❖ rukola
- ❖ mozzarella light 40g
- ❖ mandarynki
- ❖ woda mineralna
- ❖ cytryna
- ❖ ogórki kiszane 150g
- ❖ ziemniak
- ❖ włoszczyzna
- ❖ jogurt naturalny 40g
- ❖ kostka rosółowa (bez soli)
- ❖ pieprz
- ❖ koperek
- ❖ pierś z kurczaka 100g
- ❖ czosnek
- ❖ zielona papryka 40g
- ❖ papryczka chili
- ❖ świeża kolendra
- ❖ limonka
- ❖ ryż brązowy 30g
- ❖ śliwki węgierki 150g
- ❖ mleko sojowe 150ml
- ❖ siemię lniane
- ❖ otręby pszenne
- ❖ cykoria 40g
- ❖ ogórek 50g
- ❖ oliwki zielone 12g
- ❖ kapary 10g
- ❖ ser feta light 50g
- ❖ suszona bazylia