
LISTA PRODUKTÓW

- ❖ pieczywo ciemne, żytnio-razowe, orkiszowe
- ❖ oliwa
- ❖ wędlina drobiowa 40g
- ❖ sałata lodowa
- ❖ pomidory
- ❖ rzodkiewka 20g
- ❖ herbata zielona
- ❖ jabłko 190g
- ❖ jogurt naturalny (1,5%) 150g
- ❖ otręby pszenne
- ❖ płatki owsiane
- ❖ woda mineralna
- ❖ papryki
- ❖ włoszczyzna
- ❖ cebula
- ❖ olej rzepakowy
- ❖ pieprz
- ❖ papryka słodka mielona
- ❖ bazylia (świeża, suszona)
- ❖ pierś z kurczaka
- ❖ cytryny
- ❖ tymianek suszony
- ❖ pomidorki koktajlowe 120g
- ❖ ocet balsamiczny
- ❖ truskawki (świeże lub mrożone) 120g
- ❖ płatki migdałowe
- ❖ ogórek zielony
- ❖ oliwki zielone
- ❖ ser feta (12%) 50g
- ❖ płatki owsiane