

LISTA PRODUKTÓW

- ❏ pieczywo ciemne, razowe
- ❏ rukola
- ❏ mozzarella light 40g
- ❏ pomidory
- ❏ bazylia suszona
- ❏ kiełki rzeżuchy
- ❏ płatki (owsiane, żytnie, orkiszowe)
- ❏ morele suszone 14g
- ❏ jabłko suszone 7g
- ❏ żurawina suszona
- ❏ jogurt naturalny 100g
- ❏ włoszczyzna
- ❏ kukurydza konserwowa
- ❏ ogórek zielony
- ❏ koperek
- ❏ majeranek
- ❏ bakłażan 100g
- ❏ ziemniaki
- ❏ pierś z kurczaka 50g
- ❏ cytryna
- ❏ pomidory suszone
- ❏ czosnek
- ❏ oliwa z oliwek
- ❏ papryka słodka mielona
- ❏ pieprz
- ❏ tymianek suszony
- ❏ kasza pęczak 50g
- ❏ jabłko
- ❏ orzechy 10g
- ❏ cynamon
- ❏ olejek waniliowy
- ❏ fasolka szparagowa 100g
- ❏ groszek zielony konserwowy 20g
- ❏ ogórki kiszone 50g
- ❏ szczypiorek
- ❏ ser feta light 20g