

## LISTA PRODUKTÓW

- ❖ pieczywo ciemne
- ❖ herbata (owocowa, zielona)
- ❖ soczewica zielona
- ❖ sezam
- ❖ słonecznik
- ❖ pomidor suszony
- ❖ czosnek granulowany
- ❖ koperek
- ❖ pomidory
- ❖ sałata (zielona, lodowa)
- ❖ grejpfrut lub sok jednodniowy z grejpfruta
- ❖ ananas 40g
- ❖ żurawina suszona
- ❖ otręby pszenne
- ❖ zarodki pszenne
- ❖ cytryny
- ❖ woda mineralna
- ❖ podudzie z kurczaka
- ❖ włoszczyzna
- ❖ cebula
- ❖ gałązka lubczyku
- ❖ makaron pełnoziarnisty nitki 15g
- ❖ pierś z kurczaka 100g
- ❖ jogurt naturalny (1,5%)
- ❖ limonka
- ❖ olej rzepakowy
- ❖ kasza gryczana 30g
- ❖ oliwa z oliwek
- ❖ sałata masłowa 50g
- ❖ musztarda
- ❖ jabłko 40g
- ❖ gruszka 40g
- ❖ mandarynka 30g
- ❖ olejek waniliowy
- ❖ płatki owsiane
- ❖ ogórek zielony
- ❖ oliwki zielone
- ❖ papryka czerwona
- ❖ cebula
- ❖ łosoś (puszka) 50g
- ❖ ocet winny