

MIĘSO I WYROBY MIĘSNE

Mięso wołowe (świeżo mielone z polędwicy)

Mięso z piersi indyka, bez skóry

Mięso z piersi kurczaka, bez skóry

RYBY I OWOCE MORZA

Dorsz, świeży, filety bez skóry

Pstrąg tęczowy, świeży

NABIAŁ

Jaja kurze całe

Jogurt naturalny (1,5% tł.)

Maślanka (1.5% tł.)

Ser Burrata

Ser, feta

NAPOJE

Napój migdałowy naturalny bio

Sok cytrynowy

Woda

Zielona herbata (napar bez cukru)

ORZECHY I ZIARNA

Dynia, pestki, łuskane
Migdały
Nasiona chia
Orzechy nerkowca (bez soli)

Orzechy włoskie
Sezam, nasiona
Siemię lniane (świeżo mielone)
Słonecznik, nasiona, łuskane

PRODUKTY ZBOŻOWE

Kasza gryczana niepalona (biała)
Kasza jaglana
Kasza jęczmienna, pęczak
Makaron penne (pełnoziarnisty)

Mąka pszenna (typ 2000, pełnoziarnista)
Płatki jaglane
Płatki owsiane (górskie)
Ryż brązowy

PIECZYWO

Chleb żytni na zakwasie

TŁUSZCZE

Majonez (z olejem rzepakowym)
Masło klarowane
Oliwa z oliwek

OWOCE I WARZYWA

Agrest	Morele
Banan	Nektarynka
Bazylia (świeża)	Ogórek
Boczniki	Ogórki małosolne
Borówki amerykańskie	Oliwki czarne
Buraki, gotowane w wodzie	Papryka czerwona
Cebula	Pietruszka, liście
Cebula czerwona	Pomidor
Ciecierzycza (w zalewie)	Pomidory koktajlowe
Cukinia	Pomidory z puszki (krojone)
Czarne jagody	Roszponka
Czosnek	Rukola
Fasola szparagowa	Rzodkiewka
Groszek cukrowy (strączkowy)	Sałatka Kimchi vegan mild (OLD Friends)
Jabłko	Szczypiorek
Jeżyny	Szpinak
Kapusta, kiszona	Truskawki
Koper ogrodowy	Ziemniaki, wczesne
Kukurydza, konserwowa	Śliwki
Maliny	
Marchew	

PRZYPRAWY I ZIOŁA

Bazylia (suszona)
Curry
Czosnek granulowany
Imbir mielony
Kmin rzymski (kumin)
Kolendra (świeża)
Kurkuma
Majeranek
Mielona gałka muszkatołowa

Mielona papryka chili
Mielona słodka papryka
Oregano (suszone)
Papryka słodka (mielona, wędzona)
Pieprz czarny mielony
Sól biała
Tymianek
Zioła prowansalskie

INNE PRODUKTY

Algi nori (arkusze)
Białko wegańskie PLANTFORCE - PURE
Borówka brusznica liofilizowana (proszek)
Bulion warzywny (domowy)
Błonnik witalny
Czekolada gorzka
Erytrol / Erytrytol
Granat liofilizowany (proszek)
Kakao (proszek 11%)
Koncentrat pomidorowy, 30%
Matcha, proszek

Miód pszczeli
Musztarda
Ocet balsamiczny
Ocet jabłkowy z dojrzałych jabłek
One Day More Roślinny gyros z czosnkiem
i ziołami
Pietruszka liofilizowana (listki)
Rokitnik liofilizowany (proszek)
Sos sojowy ciemny
Tofu naturalne (fortyfikowane Ca)