

Seznam surovin pro týdenní jídelníček - celiakie

JABLKA	300,00 g	PEPŘ ČERNÝ	6,90 g
KOKOSOVÉ MLÉKO	240,00 ml	OLEJ OLIVOVÝ EXTRA PANENSKÝ	40,00 ml
SKOŘICE	18,50 g	STROUHANKA	20,00 g
QUINOA	100,00 g	BROKOLICE	200,00 g
VLAŠSKÉ OŘECHY	25,00 g	RUKOLA	120,00 g
MED VČELÍ	32,50 ml	MÁK	10,00 g
MRKEV ČERSTVÁ	700,00 g	POVIDLA ŠVESTKOVÁ	15,00 g
OVESNÉ VLOČKY	165,00 g	KOKOS MLETÝ	20,00 g
DÝŇOVÁ SEMENA	25,00 g	MALINY	100,00 g
BÍLÝ JOGURT 3 % TUKU	620,00 g	VANILKA	1,00 g
BRAMBORY	900,00 g	MANDLE	25,00 g
RŮŽIČKOVÁ KAPUSTA	200,00 g	AVOKÁDO ČERSTVÉ	50,00 g
ČESNEK	20,00 g	CITRONOVÁ ŠŤÁVA	24,00 g
MUŠKÁTOVÝ OŘÍŠEK	1,00 g	TUŇÁK STEAK VE VL. ŠŤÁVĚ (TESCO)	60,00 g
OLEJ ŘEPKOVÝ	32,00 g	FAZOLE ČERVENÉ STERILOVANÉ	410,00 g
SLEPIČÍ VEJCE	10 ks	KEDLUBNA	300,00 g
KUKUŘIČNÁ MOUKA	0,50 kg	KNÄCKEBROT	30,00 g
KYPŘÍČÍ PRAŠEK DO PEČIVA	17,50 g	CUKETA SE SLUPKOU	150,00 g
TYMIÁN	5,00 g	PAPRIKA ČERVENÁ	180,00 g
ROZMARYN SUŠENÝ	5,00 g	MÁSLO	32,00 g
SŮL STOLNÍ	12,10 g	CHLĚB BEZLEPKOVÝ	500,00 g
RAJČATA SUŠENÁ	30,00 g	SARDINKY VE VL. ŠŤÁVĚ	60,00 g
TVAROH POLOTUČNÝ	140,00 g	BORŮVKY MRAŽENÉ	20,00 g
CIBULE ČERSTVÁ	480,00 g	HRÁŠEK MRAŽENÝ	30,00 g
RAJČATA	570,00 g	OLEJ ŘEPKOVÝ (LUKANA)	5,00 g
TRESKA ALJAŠSKÁ	100,00 g	ZAKYSANÝ MLÉČNÝ NÁPOJ	300,00 g
LEDOVÝ SALÁT	30,00 g	CUKR	4,00 g
ČOČKA ČERVENÁ	80,00 g	ČOKOLÁDA HOŘKÁ 60-69 % KAKAA	10,00 g
SALÁT HLÁVKOVÝ	100,00 g	JÁHLY	0,50 kg
POMERANČE	7 ks	KOPR	5,00 g
LNĚNÁ SEMÍNKA	70,00 g	VEPŘOVÁ PEČENĚ	170,00 g
VODA	585,00 ml	PAŽITKA	8,00 g
BANÁN	4 ks	LUČINA	30,00 g
POHANKA	215,00 g	MÁSLOVÁ DÝŇĚ	1 ks
CHIA SEMÍNKA	22,50 g	SMETANA 33%	10,00 g
EIDAM 30% t. v. s.	80,00 g	SLUNEČNICOVÁ SEMÍNKA	20,00 g
KRŮTÍ PRSA	150,00 g	SLANINA VEPŘOVÁ	5,00 g
LILEK	150,00 g	SÁDLO VEPŘOVÉ	5,00 g
PETRŽEL NAŤ	2,00 g	HOVĚZÍ MASO ZADNÍ	100,00 g
OLIVY ZELENÉ NALOŽENÉ	10,00 g	OKURKA SALÁTOVÁ	50,00 g
RÝŽE NATURAL	0,50 kg	ZELÍ KYSANÉ	100,00 g
CIZRNA	0,50 kg	KUŘECÍ PRSA	300,00 g
KMÍN	1,00 g	MANGO	100,00 g
PAPRIKA - KOŘENÍ	1,00 g	MOZZARELLA	50,00 g