

LUNCHBOX DLA DZIECKA DO SZKOŁY

rekomendowane przez

MATCZYNE FANABERIE

Główny posiłek	Warzywa	Owoce	Przekąska
gofry warzywne	czerwona papryka	gruszka	kabanosy
kanapka z pieczywem wieloziarnistym	marchew pokrojona w słupki	jabłko	suszone figi 2 szt
omlet z gofrownicy bądź placuszki a'la omlet	plastry grillowanej cukinii	kiwi	zdrowe słodycze
placuszki lub racuchy	seler naciowy pokrojony w słupki	banan	orzechy lub migdały
tortille	kalarepa w słupkach	mandarynka	suszona żurawina
babeczki warzywne	kukurydza, ciecierzycza lub groszek gotowany na parze	śliwki	suszone mango (szukajcie koniecznie takiego bez cukru)
naleśniki	pomidorki koktajlowe	winogrona	krakersy
bułeczki domowej produkcji	kiszony ogórek	plastry mango	pieczona ciecierzycza
tartaletki	pieczone bataty a'la frytki	owoce suszone	chipsy warzywne