

Ühe päeva "Detox-Smuuti" menüü näidis

Reede

08:00 Röstsai avokaado, tomati ja maitserohelisega

11:00 Smuuti (mango, banaan, mandlipiim)

14:00 Seene kreemsupp, ahjus küpsetatud köögiviljad

17:00 Smuuti (avokaado, pirn, seller, petersell, sidrun)

