

# Пример меню

## *"Detox-Smoothie"*

### Пятница

**07:45** Перловая крупа с запеченными овощами

**11:00** Шоколадный смузи с авокадо

**13:30** Морковные котлеты с цветной капустой со свежим салатом

**17:00** Смузи (авокадо / груша / сельдерей / петрушка / лимон)

