



**NUTRI**  
ACADEMY

**NÁKUPNÍ KOŠ**

# NÁKUPNÍ KOŠ

## S

Knackebrod - žitný, ovesné vločky, celozrnné pečivo žitné, kváskový chléb žitný, rýže - celozrnná, těstoviny - celozrnné, brambory - ranné, celozrnný batáty, lupinky, ovoce - lokální - jablka, hrušky, jahody, borůvky, maliny, třešně, švestky, meruňky, angrešty, ostružiny, rybíz, celozrnné piškoty,  
ZELENINA - kořenová, listová, okurka, papriky, rajčata  
med, musli sypané, bylinky a koření, rajčatový protlak, dom. kečup  
balzamico, vinný ocet, jablečný ocet

## B

Mléko polotučné, jogurt bílý, holandský tvaroh, skyr, kolostrum, čerstvý syr, lučina, cervais  
Maso - kuře, krůta, králík  
Rybí tuk  
Vejce, hovězí svíčková  
Luštěniny, čočka, cizrna  
Tvarůžky, tvrdé sýry do 30%  
Šunka nejvyšší jakosti - krutí, prsní, kuřecí

## T

Rostlinné oleje - řepkový, ovocný, lněný  
Máslo, sádlo  
Ořechy vlašské, para, mandle  
Semínka slunečnice - lněné, chia