

obsah



osvěžující
**Americká
limonáda**
.....

Strana
4

Strana
6



**Salát z
mrkve a
jablka** 



**Sendvič s rajčetem,
avokádem
a řeřichou**
.....

Strana
8

Strana
10

úžasně osvěžující
**Mátovo
citronová
limonáda**
.....

**Zdravá
snídaně s
ovocem**
.....

Strana
12

Strana
14

**Kuskusový
salát**
.....



Müsli
čti
„müsli“

 **Domáci** 
müsli tyčinky
.....

Strana
16

Strana
19


Švestkový
crumble
.....

crumble
čti
„krambl“

Cottage
čti
„kotyž“


 **Cottage**
s ovocem
.....

Strana
22

Strana
24

lesní
Borůvková
limonáda
.....

 **Mrkvové**
sušenky
.....

Strana
26

Strana
30


Třešňová
zmrzlina
.....

