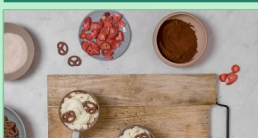


Moj veganski teden

od _____ do _____

	Zajtrk	Kosilo	Večerja	Prigrizek
Ponedeljek	 Prosena kaša z dodatki	 Mediterranski zavitek	 Enolončnica z lečo	 Čokoladne praline z mandlji
Torek	 Veganski jutranji napitek	 Low Carb testenine v omaki	 Testenine s sirom	 Grisini
Sreda	 Buddha Bowl z rižem	 Testenine na bolonjski način	 Kari s kokosovim mlekom	 Prigrizek z mlečno kremo
Četrtek	 Pesto z zelišči in orehi	 Izraelska ječmenova solata	 Fritata s sladkim krompirjem	 Domača vroča čokolada
Petek	 Domača granola	 Veganske empanade	 Polnjen sladki krompir	 Cimetove rolice
Sobota	 Ovseni kosmiči	 Veganska skleda s kokosom	 Low Carb pica	 Kokosove kroglice s čokolado
Nedelja	 Veganske palačinke z matcho	 Solata iz kvinoje in čičerike	 Polnjena zelenjava s pšenico	 Veganski trifles z oreščki

Nakupovalni seznam:



Ali ste vedeli?

Da lahko z veganskim načinom prehranjevanja zmanjšate svoj ogljični odtis do 73 %.