

Cukrzyca od kuchni

Osiągnięcia naukowe medycyny kulinarnej jako element terapii cukrzycy



Spółeczna
Odpowiedzialność
Nauki

Dofinansowano ze środków
budżetu państwa



Dzień 1

Drugie śniadanie: KOKTAJL JAGODOWY Z SIEMIENIEM

Składniki:

- Napój sojowy bez cukru – 250 g
- Czarne jagody – 130 g
- Banan – 60 g
- Siemię lniane (świeżo mielone) – 10 g
- Płatki owsiane – 10 g
- Szpinak – 5 g

 299,1 kcal

WW^{**}: 23,1

Dzień 1

Drugie śniadanie: KOKTAJL JAGODOWY Z SIEMIENIEM

Sposób przygotowania:

- Owoce i szpinak umyć.
- Siemię lniane zmielić w młynku.
- Do naczynia miksującego blendera dodać banana, szpinak, mielone siemię lniane, płatki owsiane, jagody i wlać napój sojowy.
- Zmiksować całość na koktajl.
- Gotowy koktajl przelać do wysokiej szklanki.

Cukrzyca od kuchni

Osiągnięcia naukowe medycyny kulinarnej
jako element terapii cukrzycy

Dofinansowano ze środków budżetu państwa



Spółeczna
Odpowiedzialność
Nauki

Dofinansowanie: 87 237,70 zł

Całkowita wartość: 97 237,70 zł

