



**FIT FOOD**  
**FACTORY**

**FIT MENU** Премиум

# Пример

Завтрак: Творожный десерт с семенами Чиа и шоколадом

1й полдник: Соус из запеченного баклажана, хлеб

Обед: Нильский окунь гриль на апельсинах с базиликовым кускусом « + овощной салат

2й полдник: Накенброт с овощным хумусом

Ужин: Шашлык из индюшки с овощами

(цуккини, баклажан, болгарский перец, лук)

+ запеченный картофель «

« - необходимо разогреть

(«) - рекомендуется разогревать