Rezervēšana visos LATVIA TOURS birojos:
Rīga, Marijas iela 13, Berga Bazārs, tālr. 67142562,
Ventspils, Ganību iela 8, tālr. 63625413,
Jēkabpils, Pasta iela 37, tālr. 65220125
E-pasts: celojumi@latviatours.lv

Detox ēdienkarte

Svētdiena	• 15:30 Dabīgais jogurts ar medu • 18:30 Rīsi, tvaicēti ar saldo un skābo mērci
Pirmdiena	• 08:00 Omlete ar dārzeņiem • 11:00 Svaigi augļu salāti • 13:00 Zupa-biezenis ar burkānu čipsiem un griķu maizi • 15:30 Ceptais ābols, zāļu tēja • 18:30 Dārzeņu wok
Otrdiena	• 08:00 Mājas biezpiens ar rīvētām ogām • 11:00 Ingvera spinātu kokteilis • 13:00 Brokoļu un burkānu zupa ar rīsu galetēm • 15:30 Dabīgais jogurts ar medu, zāļu tēju • 18:30 Cepta kartupeļu laiva ar tunzivīm un avokado
Trešdiena	• 08:00 Auzu putra uz ūdens ar banānu • 11:00 Augļu salāti ar dabīgo jogurtu un auzu, zāļu tēja • 13:00 Sarkano pupiņu zupa • 15:30 Gurķu un banānu kokteiļi • 18:30 Cepti tomāti ar kinoa un spinātiem
Ceturtdiena	• 08:00 Auzu putra uz ūdens ar dabīgo jogurtu un rozīnēm • 11:00 Ananāsu un Kivi kokteiļi • 13:00 Cepamās bietes ar mocarellu un rozmarīnu • 15:30 Ceptais ābols, zāļa tēja • 18:30 Siltie ziedkāposti un kvinātu salāti
Piektdiena	• 08:00 Biezpiena kastrolis ar ogu mērci • 11:00 Rīsu krekeri ar ogām un riekstiem, zāļu tēja • 13:00 Vārīti sparģeļi ar olu • 15:30 Kokteiļis no meža ogām • 18:00 Kuskuss ar papriku
Sestdiena	• 08:00Quinoa putra vārīta kokosriekstu pienā • 11:00 Augļu salāti ar dabīgo jogurtu un auzu, zāļu tēja • 13:00 Dārzeņu ratatouille • 15:30 Zemeņu kokteiļi • 18:00 Ķirbju biezeņu zupa
Svētdiena	• 08:00 beztauku biezpiens ar svaigiem augļiem • 11:00 Biešu-ābolu kokteilis • 13:00 Sēņu krēmzupa ar rudzu cepumiem