



PETITS DEJEUNERS  
ALIMENTATION  
HYPOTOXIQUE

*cacao biologique au sucre  
complet avec du lait de riz*

**pain des fleurs ou  
galettes de riz à tartiner  
de miel ou de purée  
d'amande**



*Mélange vitalité : fruits de  
saison (pomme, banane, poire,  
orange)*

*1 poignée de fruits secs  
(65% amande, 20%noix, 15%  
noisettes) quelques baies de Goji  
pour la couleur et le plaisir!!*

**PAIN DES FLEURS OU GALETTES DE  
SARRAZIN AVEC DU MIEL**

**THÉ VERT**



*petit déjeuner céréales*

**4 CUILLÈRES DE FLOCONS DE  
SARRAZIN DANS 200 ML DE LAIT  
DE RIZ MÉLANGÉ AVEC DES FRUITS  
FRAIS SELON LA SAISON  
(BANANE, POMME, POIRE...)**

**Un bol de chicoré**