

# Colazione Slovacca

## cibo

un uovo  
mescolato al  
formaggio

un pezzo di pane  
con burro e  
verdure fresche  
(peperoni, cetrioli,  
pomodori)



cereali croccanti  
con pane fresco,  
latte o yogurt.



## bevande

caffè

Succo di frutta

Un po' di alcol  
vitale, ma solo  
al mattino

