

ЗАВТРАК

Цикорий (способствует детоксикации печени)*
Рисовая каша с сиропом топинамбура,
кокосово-миндальным молоком и ягодами

850
ККАЛ

2-Й ЗАВТРАК

Фреш (морковь, сельдерей, льняное масло)

ОБЕД

Чай №1 (травы этого сбора гармонизируют кислотно-щелочной баланс организма, улучшают пищеварение (крапива, чабрец, зверобой, мята)*

Овощные спагетти с авокадо и вяленными томатами + соус пекинский №1
Рулетик из пряной куриной грудки с шпинатом, тофу и орехом кешью

ПОЛДНИК

Шоколадные галеты

Овощные чипсы (тыква)

УЖИН

Чай №2 (травы этого сбора минерализуют, поднимают иммунитет и успокаивают нервную систему (мелисса, розмарин, хвощ)*

Крем-суп из моркови с соцветиями брокколи

ДОПОЛНИТЕЛЬНО:

Вода без газа 0,5 (рекомендуем выпивать 1,5 литра в сутки вне еды с целью повышения секреции желудочного сока)

- Меню рассчитано на быструю потерю веса за счет минимально потребляемых калорий. Для достижения максимальных результатов рекомендуем Вам придерживаться данного питания от 3-х до 10-ти дней.
- Оптимальное время между приемами пищи – не менее 2-х часов.
- Употреблять блюда в горячем или холодном виде остается на Ваше усмотрение и никак не влияет на количество калорий или степень их полезности.
- Контейнеры изготовлены из материала, который может быть подвержен повторной переработке. Вы можете передать их нашему курьеру для дальнейшей утилизации.
- Продукция не содержит искусственных ароматизаторов, красителей, консервантов и генетически модифицированных ингредиентов.

*Для достижения максимального эффекта, рекомендуется регулярное употребление напитков в течение не менее 2-х недель.

Имеются противопоказания, необходима консультация специалиста.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Ваше меню проверил шеф-повар Шарафиева А.Р.

ЗАВТРАК

Цикорий (способствует детоксикации печени)*
Рисовая каша с сиропом топинамбура,
кокосово-миндальным молоком и ягодами

1200
ККАЛ

2-Й ЗАВТРАК

Фреш (морковь, сельдерей, льняное масло)

ОБЕД

Чай №1 (травы этого сбора гармонизируют кислотно-щелочной баланс организма, улучшают пищеварение (крапива, чабрец, зверобой, мята)*

Овощные спагетти с авокадо и вяленными томатами + соус пекинский №1
Крем-суп из моркови с соцветиями брокколи

ПОЛДНИК

Шоколадные галеты
Овощные чипсы (тыква)

УЖИН

Чай №2 (травы этого сбора минерализуют, поднимают иммунитет и успокаивают нервную систему (мелисса, розмарин, хвощ)*

Рулетик из пряной куриной грудки с шпинатом, тофу и орехом кешью
Тар-тар из запеченных овощей + соус бальзамический №2

ДОПОЛНИТЕЛЬНО:

Вода без газа 0,5 (рекомендуем выпивать 1,5 литра в сутки вне еды с целью повышения секреции желудочного сока)

- Меню рассчитано на быструю потерю веса за счет минимально потребляемых калорий. Для достижения максимальных результатов рекомендуем Вам придерживаться данного питания от 3-х до 10-ти дней.
- Оптимальное время между приемами пищи – не менее 2-х часов.
- Употреблять блюда в горячем или холодном виде остается на Ваше усмотрение и никак не влияет на количество калорий или степень их полезности.
- Контейнеры изготовлены из материала, который может быть подвержен повторной переработке. Вы можете передать их нашему курьеру для дальнейшей утилизации.
- Продукция не содержит искусственных ароматизаторов, красителей, консервантов и генетически модифицированных ингредиентов.

*Для достижения максимального эффекта, рекомендуется регулярное употребление напитков в течение не менее 2-х недель.

Имеются противопоказания, необходима консультация специалиста.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Ваше меню проверил шеф-повар Шарафиева А.Р.

ЗАВТРАК

Цикорий (способствует детоксикации печени)*
Рисовая каша с сиропом топинамбура,
кокосово-миндальным молоком и ягодами

2200
ККАЛ

2-Й ЗАВТРАК

Фреш №1 (морковь, сельдерей, льняное масло)

ОБЕД

Чай №1 (травы этого сбора гармонизируют кислотно-щелочной баланс организма, улучшают пищеварение (крапива, чабрец, зверобой, мята)*
Морковная лапша с вяленой клюквой, грецкими орехами, медом, лимонным соком и зеленью + соус оливково-медовый №1
Рулетик из пряной куриной грудки с шпинатом, тофу и орехом кешью
Пшеничная каша с запеченными овощами
Крем-суп из моркови с соцветиями брокколи

ПОЛДНИК

Смузи №2 (яблоко, банан, сельдерей, капуста, кинза, шпинат, сок лайма)
Шоколадные галеты
Овощные чипсы (тыква)

УЖИН

Чай №2 (травы этого сбора минерализуют, поднимают иммунитет и успокаивают нервную систему (мелисса, розмарин, хвощ)*
Овощные спагетти с авокадо и вяленными томатами + соус пекинский №2
Фрикасе из курицы
Тар-тар из запеченных овощей + соус бальзамический №3

ДОПОЛНИТЕЛЬНО:

Вода без газа 0,5 (рекомендуем выпивать 1,5 литра в сутки вне еды с целью повышения секреции желудочного сока)

- Меню рассчитано на быструю потерю веса за счет минимально потребляемых калорий. Для достижения максимальных результатов рекомендуем Вам придерживаться данного питания от 3-х до 10-ти дней.
- Оптимальное время между приемами пищи – не менее 2-х часов.
- Употреблять блюда в горячем или холодном виде остается на Ваше усмотрение и никак не влияет на количество калорий или степень их полезности.
- Контейнеры изготовлены из материала, который может быть подвержен повторной переработке. Вы можете передать их нашему курьеру для дальнейшей утилизации.
- Продукция не содержит искусственных ароматизаторов, красителей, консервантов и генетически модифицированных ингредиентов.

*Для достижения максимального эффекта, рекомендуется регулярное употребление напитков в течение не менее 2-х недель.

Имеются противопоказания, необходима консультация специалиста.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Ваше меню проверил шеф-повар Шарафиева А.Р.

ЗАВТРАК

Цикорий (способствует детоксикации печени)*
Рисовая каша с сиропом топинамбура,
кокосово-миндальным молоком и ягодами

2-Й ЗАВТРАК

Фреш (морковь, сельдерей, льняное масло)
овощные чипсы (тыква)

ОБЕД

Чай №1 (травы этого сбора гармонизируют кислотно-щелочной баланс организма, улучшают пищеварение (крапива, чабрец, зверобой, мята)*
Овощные спагетти с авокадо и вяленными томатами + соус пекинский №1
Рулетик из пряной куриной грудки с шпинатом, тофу и орехом кешью
Тар-тар из запеченных овощей + соус бальзамический №2

УЖИН

Чай №2 (травы этого сбора минерализируют, поднимают иммунитет и успокаивают нервную систему (мелисса, розмарин, хвощ)*
Салат из стручковой фасоли с рукколой, грецкими орехами и яблочным уксусом + соус бальзамический №3
Пшеничная каша с запеченными овощами
Крем-суп из моркови с соцветиями брокколи
Шоколадные галеты

ДОПОЛНИТЕЛЬНО:

Вода без газа 0,5 (рекомендуем выпивать 1,5 литра в сутки вне еды с целью повышения секреции желудочного сока)

- Меню рассчитано на быструю потерю веса за счет минимально потребляемых калорий. Для достижения максимальных результатов рекомендуем Вам придерживаться данного питания от 3-х до 10-ти дней.
- Оптимальное время между приемами пищи – не менее 2-х часов.
- Употреблять блюда в горячем или холодном виде остается на Ваше усмотрение и никак не влияет на количество калорий или степень их полезности.
- Контейнеры изготовлены из материала, который может быть подвержен повторной переработке. Вы можете передать их нашему курьеру для дальнейшей утилизации.
- Продукция не содержит искусственных ароматизаторов, красителей, консервантов и генетически модифицированных ингредиентов.

*Для достижения максимального эффекта, рекомендуется регулярное употребление напитков в течение не менее 2-х недель.

Имеются противопоказания, необходима консультация специалиста.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!