

ЗАВТРАК

Цикорий (способствует детоксикации печени)*
Малиново-банановый мусс со льдом, проростками и голубикой

850
ККАЛ

2-Й ЗАВТРАК

Клубнично-брусничный морс с шиповником и сиропом топинамбура

ОБЕД

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

Салат из свежих овощей с авокадо, проростками и орехами кешью
+ соус пекинский №1

Креветки жареные в соевом соусе с пряным ананасом

ПОЛДНИК

Кубики из груши с корицей
Овощные чипсы (тыква)

УЖИН

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

Суп из томатов с тимьяном

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)*
Малиново-банановый мусс со льдом, проростками и голубикой

1200
ККАЛ

2-Й ЗАВТРАК

Клубнично-брусничный морс с шиповником и сиропом топинамбура

ОБЕД

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

Салат из свежих овощей с авокадо, проростками и орехами кешью
+ соус пекинский №1

Суп из томатов с тимьяном

ПОЛДНИК

Кубики из груши с корицей
Овощные чипсы (тыква)

УЖИН

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

Креветки жареные в соевом соусе с пряным ананасом

Авокадо на гриле с миксом салатов, огурчиком и кедровыми орешками + лимонный соус с ягодным бальзамиком №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)*
Малиново-банановый мусс со льдом, проростками и голубикой

2200
ККАЛ

2-Й ЗАВТРАК

Клубнично-брусничный морс с шиповником и сиропом топинамбура

ОБЕД

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

Салат из свежих овощей с авокадо, проростками и орехами кешью
+ соус пекинский №1

Креветки жареные в соевом соусе с пряным ананасом

Суп из томатов с тимьяном

Тосты из хлеба gluten free с семечками

ПОЛДНИК

Смузи (морковь, яблоко, имбирь, банан, сельдерей)

Кубики из груши с корицей

Овощные чипсы (тыква)

УЖИН

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

Авокадо на гриле с миксом салатов, огурчиком и кедровыми орешками + лимонный соус с ягодным бальзамиком №2

Тигровые креветки припущенные с петрушкой, черри и цедрой лимона

Фунчоза с овощами

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)*

Малиново-банановый мусс со льдом, проростками и голубикой

ПИТАНИЕ
ПО СИСТЕМЕ
МИЛЫ БИШАР

2-Й ЗАВТРАК

Смузи (морковь, яблоко, имбирь, банан, сельдерей)

Овощные чипсы (тыква)

ОБЕД

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

Салат из свежих овощей с авокадо, проростками и орехами кешью + соус пекинский №1

Креветки жареные в соевом соусе с пряным ананасом

Тыква на гриле с тимьяном

УЖИН

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

Спагетти из цукини с песто и сыром тофу + масло льняное №2

Фунчоза с овощами

Суп из томатов с тимьяном

Суфле из кураги

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!