

ЗАВТРАК

Цикорий (способствует детоксикации печени)*
Яичный маффин из шпината, томатов и тофу

850
ККАЛ

2-Й ЗАВТРАК

Смузи (банан, манго, миндальное молоко, корица, лимонный сок, пропротски)

ОБЕД

Чай №1 (травы этого сбора гармонизируют кислотно-щелочной баланс организма, улучшают пищеварение (крапива, чабрец, зверобой, мята)*
Зеленый салат из сельдерея, фасоли, дайкона и грецких орехов
+ масло макадамии №1
Окунь на пару

ПОЛДНИК

Конфета из сушеных абрикосов
Фруктовые чипсы (яблоко)

УЖИН

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

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)*
Яичный маффин из шпината, томатов и тофу

1200
ККАЛ

2-Й ЗАВТРАК

Смузи (банан, манго, миндальное молоко, корица, лимонный сок, пропротски)

ОБЕД

Чай №1 (травы этого сбора гармонизируют кислотно-щелочной баланс организма, улучшают пищеварение (крапива, чабрец, зверобой, мята)*
Зеленый салат из сельдерея, фасоли, дайкона и грецких орехов + масло макадамии №1
Рыбный суп с карри и цукини

ПОЛДНИК

Конфета из сушеных абрикосов
Фруктовые чипсы (яблоко)

УЖИН

Чай №2 (травы этого сбора минерализуют, поднимают иммунитет и успокаивают нервную систему (мелисса, розмарин, хвощ)*
Окунь на пару
Овощи на пару + соус цитронет №

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)*
Руккола с печеными томатами и киноа

2200
ККАЛ

2-Й ЗАВТРАК

Смузи №1 (банан, манго, миндальное молоко, корица, лимонный сок, пропростки)

ОБЕД

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

Зеленый салат из сельдерея, фасоли, дайкона и грецких орехов
+ масло макадамии №1

Окунь на пару

Овощи на пару + соус цитронет №2

Рыбный суп с карри и цукини

ПОЛДНИК

Смузи №2 (сельдерея, петрушка, яблоко)

Конфета из сушеных абрикосов

Фруктовые чипсы (яблоко)

УЖИН

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

Филе трески со специями в индийском стиле

Ролл из риса с киноа со слабосоленым лососем + соус терияки №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)*
Яичный маффин из шпината, томатов и тофу

2-Й ЗАВТРАК

Смузи (сельдерей, петрушка, яблоко)
Овощные чипсы (тыква)

ОБЕД

Чай №1 (травы этого сбора гармонизируют кислотно-щелочной баланс организма, улучшают пищеварение (крапива, чабрец, зверобой, мята)*
Зеленый салат из сельдерея, фасоли, дайкона и грецких орехов
+ масло макадамии №1
Окунь на пару
Овощи на пару + соус цитронет №2

УЖИН

Чай №2 (травы этого сбора минерализуют, поднимают иммунитет и успокаивают нервную систему (мелисса, розмарин, хвощ)*
Ролл из риса с киноа со слабосоленным лососем + соус терияки №3
Руккола с печеными томатами и киноа
Печеный батат с чили и чесноком
Кокосовый пудинг с семенами чиа

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!