



# DIETNÍ PLÁN NA 15 DNÍ - VLÁKNINOVÝ

DIETNÍ PLÁN na 15 dní VLÁKNINOVÝ je určen pro osoby s větší nadváhou a obezitou, kterým se nedaří zhubnout běžným jídelníčkem se sníženým obsahem energie a vyhovuje jim se stravovat častěji. Odstraňuje riziko nevědomé dietní chyby a neúspěchu, je-li dodržen. Volbu vhodných nápojů, doplňků stravy a další postup při dietním režimu konzultujte s našim lékařem či cestou [Poradny](#).

1. den	6. den	11. den
snídaně Guareta® Morning Start jogurtový krém s příchutí cookies a jablечnými kousky	snídaně Guareta® Morning Start jogurtový krém s příchutí cookies a jablечnými kousky	snídaně Guareta® Morning Start jogurtový krém s příchutí cookies a jablечnými kousky
1. svačina DietLine® PROTEIN 20 proteinový koktejl banán (s vodou)	1. svačina DietLine® PROTEIN 20 proteinový koktejl jahoda (s vodou)	1. svačina DietLine® PROTEIN 20 proteinový koktejl jahoda (s vodou)
oběd Guareta® polévka s hrachovou příchutí	oběd Guareta® bramborová kaše	oběd Guareta® bramborová kaše
2. svačina DietLine® Sport proteinová tyčinka kokos	2. svačina Guareta® tyčinka jablko	2. svačina Guareta® tyčinka jablko
1. večeře DietLine® PROTEIN 15 HOVĚZÍ VÝVAR polévka s příchutí hovězího vývaru	1. večeře DietLine® vlákninová polévka s kuřecí příchutí	1. večeře DietLine® PROTEIN 15 HOVĚZÍ VÝVAR polévka s příchutí hovězího vývaru
2. večeře Guareta® tyčinka broskev	2. večeře Pauza® proteinová tyčinka čoko	2. večeře Pauza® proteinová tyčinka čoko
2. den	7. den	12. den
snídaně Guareta® pudink s vanilkovou příchutí	snídaně Guareta® pudink s vanilkovou příchutí	snídaně Guareta® pudink s vanilkovou příchutí
1. svačina DietLine® PROTEIN 20 proteinový koktejl jahoda (s vodou)	1. svačina DietLine® PROTEIN 20 proteinový koktejl vanilka (s vodou)	1. svačina DietLine® PROTEIN 20 proteinový koktejl vanilka (s vodou)
oběd Guareta® bramborová kaše	oběd Guareta® polévka s hrachovou příchutí	oběd Guareta® polévka s hrachovou příchutí
2. svačina Guareta® tyčinka jablko	2. svačina DietLine® Sport proteinová tyčinka kokos	2. svačina DietLine® Sport proteinová tyčinka kokos
1. večeře DietLine® vlákninová polévka s kuřecí příchutí	1. večeře DietLine® PROTEIN 15 HOVĚZÍ VÝVAR polévka s příchutí hovězího vývaru	1. večeře DietLine® vlákninová polévka s kuřecí příchutí
2. večeře Pauza® proteinová tyčinka čoko	2. večeře Pauza® proteinová tyčinka čoko	2. večeře Pauza® proteinová tyčinka čoko
3. den	8. den	13. den
snídaně Guareta® Morning Start jogurtový krém s příchutí meruňka	snídaně Guareta® Morning Start jogurtový krém s příchutí meruňka	snídaně Guareta® Morning Start jogurtový krém s příchutí meruňka
1. svačina Guareta® tyčinka kapučino	1. svačina Guareta® tyčinka kapučino	1. svačina Guareta® tyčinka kapučino
oběd Guareta® polévka s houbovou příchutí	oběd Guareta® polévka s houbovou příchutí	oběd DietLine® polévka s houbovou příchutí
2. svačina Guareta® tyčinka smetana	2. svačina Guareta® tyčinka smetana	2. svačina Guareta® tyčinka smetana
1. večeře DietLine® PROTEIN 20 omeleta s bylinkami	1. večeře DietLine® PROTEIN 20 omeleta s bylinkami	1. večeře DietLine® PROTEIN 20 omeleta s bylinkami
2. večeře DietLine® PROTEIN 15 HOVĚZÍ VÝVAR polévka s příchutí hovězího vývaru	2. večeře DietLine® vlákninová polévka s kuřecí příchutí	2. večeře DietLine® PROTEIN 15 HOVĚZÍ VÝVAR polévka s příchutí hovězího vývaru
4. den	9. den	14. den
snídaně Guareta® Morning Start jogurtový krém s příchutí čokoláda s pomerančem	snídaně Guareta® Morning Start jogurtový krém s příchutí čokoláda s pomerančem	snídaně Guareta® Morning Start jogurtový krém s příchutí čokoláda s pomerančem
1. svačina Guareta® tyčinka čoko	1. svačina Guareta® tyčinka čoko	1. svačina Guareta® tyčinka čoko
oběd Guareta® polévka s kuřecí příchutí	oběd Guareta® polévka s kuřecí příchutí	oběd Guareta® polévka s kuřecí příchutí
2. svačina Guareta® tyčinka jogurt	2. svačina Guareta® tyčinka jogurt	2. svačina Guareta® tyčinka jogurt
1. večeře DietLine® PROTEIN 20 proteinový koktejl čoko (s vodou)	1. večeře DietLine® PROTEIN 20 proteinový koktejl čoko (s vodou)	1. večeře DietLine® PROTEIN 20 proteinový koktejl čoko (s vodou)
2. večeře DietLine® vlákninová polévka s kuřecí příchutí	2. večeře DietLine® PROTEIN 15 HOVĚZÍ VÝVAR polévka s příchutí hovězího vývaru	2. večeře DietLine® PROTEIN 15 HOVĚZÍ VÝVAR polévka s příchutí hovězího vývaru
5. den	10. den	15. den
snídaně Guareta® pudink s vanilkovou příchutí	snídaně Guareta® pudink s vanilkovou příchutí	snídaně Guareta® pudink s vanilkovou příchutí
1. svačina DietLine® PROTEIN 20 proteinový koktejl banán (s vodou)	1. svačina DietLine® PROTEIN 20 proteinový koktejl banán (s vodou)	1. svačina DietLine® PROTEIN 20 proteinový koktejl vanilka (s vodou)
oběd Guareta® bramborová kaše	oběd Guareta® bramborová kaše	oběd Guareta® bramborová kaše
2. svačina DietLine® Sport proteinová tyčinka s příchutí čoko	2. svačina DietLine® Sport proteinová tyčinka s příchutí čoko	2. svačina DietLine® Sport proteinová tyčinka s příchutí čoko
1. večeře DietLine® PROTEIN 15 HOVĚZÍ VÝVAR polévka s příchutí hovězího vývaru	1. večeře DietLine® vlákninová polévka s kuřecí příchutí	1. večeře DietLine® PROTEIN 15 HOVĚZÍ VÝVAR polévka s příchutí hovězího vývaru
2. večeře Guareta® tyčinka broskev	2. večeře Guareta® tyčinka broskev	2. večeře Pauza® proteinová tyčinka čoko

## Rozpis složení DIETNÍHO PLÁNU na 15 dní

Výrobek	Počet kusů	Orientační cena v lékárně*
Guareta® polévka s houbovou příchutí	1 bal (á 3 ks)	150 Kč
Guareta® polévka s hrachovou příchutí	1 bal (á 3 ks)	150 Kč
Guareta® polévka s kuřecí příchutí	1 bal (á 3ks)	150 Kč
Guareta® pudink a vanilkovou příchutí	2 bal (á 3 ks)	300 Kč
Guareta® Morning Start jogurtový krém s příchutí meruňka	1 bal (á 3 ks)	150 Kč
Guareta® Morning Start jogurtový krém s příchutí cookies a jablěnými kousky	1 bal (á 3 ks)	150 Kč
Guareta® Morning Start jogurtový krém s příchutí čoko s pomerančem	1 bal (á 3 ks)	150 Kč
Guareta® bramborová kaše	2 bal (á 3 ks)	240 Kč
Guareta® tyčinka s příchutí jogurt	3 ks	114 Kč
Guareta® tyčinka s příchutí čoko	3 ks	114 Kč
Guareta® tyčinka s příchutí jablko	3 ks	114 Kč
Guareta® tyčinka s příchutí smetana	3 ks	114 Kč
Guareta® tyčinka s příchutí kapučino	3 ks	114 Kč
Guareta® tyčinka s příchutí broskev	3 ks	114 Kč
Paюза® proteinová tyčinka čoko	6 ks	270 Kč
DietLine® Sport proteinová tyčinka kokos	3 ks	114 Kč
DietLine® Sport proteinová tyčinka s příchutí čoko	3 ks	114 Kč
DietLine® PROTEIN 20 omeleta s bylinkami	1 bal (á 3 ks)	140 Kč
DietLine® PROTEIN 20 proteinový koktejl čoko	1 bal (á 3ks)	140 Kč
DietLine® PROTEIN 20 proteinový koktejl jahoda	1 bal (á 3ks)	140 Kč
DietLine® PROTEIN 20 proteinový koktejl banán	1 bal (á 3ks)	140 Kč
DietLine® PROTEIN 20 proteinový koktejl vanilka	1 bal (á 3ks)	140 Kč
DietLine® PROTEIN 15 HOVĚZÍ VÝVAR polévka s příchutí hovězího vývaru	3 bal (á 3ks)	420 Kč
DietLine® vlákninová polévka s kuřecí příchutí	2 bal (á 3ks)	240 Kč
<b>Celkem:</b>	<b>90 porcí</b>	<b>3982 Kč</b>

\* Výrobky je možné objednat v jakékoliv lékárně v České republice do druhého dne.