



DIETNÍ PLÁN NA 9 DNÍ

DIETNÍ PLÁN na 9 dní je vhodný pro osoby s nadváhou a obezitou k zahájení redukčního režimu. Snadno se dodržuje v kombinaci s vlákninovými přípravky Guareta®. Odstraňuje riziko nevědomé dietní chyby, je-li dodržen. Volbu vhodných nápojů a doplňků stravy konzultujte s naším lékařem či cestou **Poradny**. PLÁN se často používá také v kombinovaném jídelníčku, jehož součástí jsou i vhodné běžné pokrmy.

1. den		6. den	
snídaně	Guareta® Morning Start jogurtový krém s příchutí stracciatella	snídaně	Guareta® Morning Start jogurtový krém s příchutí meruňka
svačina	DietLine® PROTEIN 20 proteinový koktejl jahoda (s odstředěným mlékem s obsahem 0,3-0,5% tuku)	svačina	Guareta® tyčinka jogurt
oběd	Guareta® polévka s hrachovou příchutí	oběd	Guareta® polévka s houbovou příchutí
večeře	DietLine® Sport proteinová tyčinka kokos	večeře	DietLine® PROTEIN 15 HOVĚZÍ VÝVAR polévka s příchutí hovězího vývaru
2. den		7. den	
snídaně	Guareta® Morning Start jogurtový krém s příchutí čokoláda s pomerančem	snídaně	Guareta® Morning Start jogurtový krém stracciatella
svačina	DietLine® PROTEIN 20 proteinový koktejl banán (s odstředěným mlékem s obsahem 0,3-0,5% tuku)	svačina	DietLine® PROTEIN 20 proteinový koktejl jahoda (s odstředěným mlékem s obsahem 0,3-0,5% tuku)
oběd	Guareta® polévka s rajskou příchutí	oběd	Guareta® polévka s hrachovou příchutí
večeře	DietLine® vlákninová polévka s kuřecí příchutí	večeře	DietLine® Sport proteinová tyčinka s příchutí čoko
3. den		8. den	
snídaně	Guareta® Morning Start jogurtový krém s příchutí meruňka	snídaně	Guareta® Morning Start jogurtový krém s příchutí čokoláda s pomerančem
svačina	Guareta® tyčinka kapučino	svačina	DietLine® PROTEIN 20 proteinový koktejl banán (s odstředěným mlékem s obsahem 0,3-0,5% tuku)
oběd	Guareta® polévka s houbovou příchutí	oběd	Guareta® polévka s rajskou příchutí
večeře	DietLine® PROTEIN 15 HOVĚZÍ VÝVAR polévka s příchutí hovězího vývaru	večeře	DietLine® vlákninová polévka s kuřecí příchutí
4. den		9. den	
snídaně	Guareta® Morning Start jogurtový krém s příchutí stracciatella	snídaně	Guareta® Morning Start jogurtový krém s příchutí meruňka
svačina	DietLine® PROTEIN 20 proteinový koktejl jahoda (s odstředěným mlékem s obsahem 0,3-0,5% tuku)	svačina	Guareta® tyčinka broskev
oběd	Guareta® polévka s hrachovou příchutí	oběd	Guareta® polévka s houbovou příchutí
večeře	DietLine® Sport proteinová tyčinka kokos	večeře	DietLine® PROTEIN 15 HOVĚZÍ VÝVAR polévka s příchutí hovězího vývaru
5. den			
snídaně	Guareta® Morning Start jogurtový krém s příchutí čokoláda s pomerančem		
svačina	DietLine® PROTEIN 20 proteinový koktejl banán (s odstředěným mlékem s obsahem 0,3-0,5% tuku)		
oběd	Guareta® polévka s rajskou příchutí		
večeře	DietLine® vlákninová polévka s kuřecí příchutí		

Rozpis složení DIETNÍHO PLÁNU na 9 dní

Výrobek	Počet kusů	Orientační cena v lékárně*
Polévky Guareta®		
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 rajskou příchutí	1 bal (á 3 ks)	150 Kč
Jogurtové krémy Guareta®		
Guareta® Morning Start jogurtový krém s příchutí stracciatella	1 bal (á 3 ks)	150 Kč
Guareta® Morning Start jogurtový krém s příchutí meruňka	1 bal (á 3 ks)	150 Kč
Guareta® Morning Start jogurtový krém čokoláda s pomerančem	1 bal (á 3 ks)	150 Kč
Tyčinky Guareta® a DietLine® Sport		
Guareta® tyčinka broskve	1 ks	38 Kč
Guareta® tyčinka jogurt	1 ks	38 Kč
Guareta® tyčinka kapučino	1 ks	38 Kč
DietLine® Sport proteinová tyčinka kokos	2 ks	76 Kč
DietLine® Sport proteinová tyčinka s příchutí čoko	1 ks	38 Kč
Vlákninové a proteinové výrobky DietLine®		
DietLine® vlákninová polévka s kuřecí příchutí	1 bal (á 3 ks)	140 Kč
DietLine® PROTEIN 20 proteinový koktejl banán	1 bal (á 3 ks)	140 Kč
DietLine® PROTEIN 20 proteinový koktejl jahoda	1 bal (á 3 ks)	140 Kč
DietLine® PROTEIN 15 HOVĚZÍ VÝVAR polévka s příchutí hovězího vývaru	1 bal (á 3 ks)	140 Kč
Celkem:	36 porcí	1688 Kč

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