



Меню программы

# Детокс меню

На примере одного дня

## ЗАВТРАК

Салат с томатами и зеленью

Скрэмбл с овощами

Хлебец

## ПЕРЕКУС

Сок Фреш / Сельдерей / Свежий огурец / Крапива

## ОБЕД

Салат из свежих огурцов с сельдереем, кабачком и зеленью

Рулет куриный с нори

Булгур с вялеными томатами

Чай травяной

Хлебец

## ПЕРЕКУС

Сок Фреш / Киви / Яблоко / Банан/ Вода

## УЖИН

Салат с огурцом и креветками

Треска с овощами

Чай травяной

Конфеты энергетические