

Чем может быть полезна

Тарелка здорового питания «ЗОЖ со Вкусом»

для Вас:

🍎 Эта Тарелка - наглядный пример, в процентном соотношении, сбалансированного питания/ БЖУ (белки, жиры, углеводы).

🍎 Придерживаясь простых правил - Тарелки, Вы получаете:

✓ Правильное питание - без расчета калорий;

✓ Вы едите полноценно, при этом не набираете лишний вес/ регулярно питаясь по принципу - Тарелки «ЗОЖ со Вкусом» - Вы удерживаете вес в норме;

✓ Вы не покупаете лишние продукты в магазине, тем самым - цените свое время и деньги, т.к. подробная рекомендация / Приложение к Тарелке/ позволит Вам, не покупать лишние, и те продукты, которые не несут пользу организму.

✓ Организм получает, весь необходимый набор продуктов, содержащих и белки, и жиры, и углеводы.

Кому еще будет полезна эта Тарелка?

🍀 Кто хочет питаться правильно, но не знает с чего начать;

🍀 Кто любит эстетику и красоту во всем, в том числе в еде и пространстве вокруг.

