

Cenník a popis služieb

TRÁVIACE PROBLÉMY		
Názov služby	Popis služby	Cena
BASIC	Komplexný súhrn informácií o FODMAP protokole (1.fáza) Komplexný súhrn informácií o FODMAP protokole (2. a 3. fáza) 2 týždňový vzorový stravovací plán navrhnutý na základe dodržiavania princípov 1. fázy FODMAP diéty spolu s postupmi prípravy. Každý deň zahŕňa 5 porcií jedla. Plán môžete po dvoch týždňoch opätovne zopakovať.	59 €
PREMIUM	Analýza súčasných návykov (stravovací, pitný a spánkový režim) Analýza zdravotných problémov, pohybových aktivít a stresu Individuálny stravovací plán – plán obsahuje 5 receptov na každú hlavnú porciu dňa a 3 recepty na doplnkové porcie dňa (t.j. spolu 21 receptov) - vrátane postupov prípravy Tel. konzultácia (cca 1 hod.)	119 €
PREMIUM +	<i>Cena zahŕňa ten istý balík služieb ako v prípade služby "PREMIUM", s týmito extra službami:</i> Skrátený zoznam receptov s ingredienciami (vhodný na chladničku) Nákupný zoznam k stravovaciemu plánu Personalizovaný suplementačný plán (individuálny plán doplnkov výživy) Monitoring (30-dňový)*	159 €
DOPLNKOVÉ SLUŽBY		
	Tel.konzultácia (cca 45min.)	19 €
	Monitoring (30 - dňový) pre klientov, ktorí si zakúpili službu PREMIUM +	29€
	Úprava existujúceho stravovacieho plánu k službe PREMIUM/PREMIUM + (napr.zmena energie)	39€
	Nové recepty k existujúcemu stravovaciemu plánu (3 recepty na každú porciu dňa)	19€
	Individuálny suplementačný plán (plán doplnkov výživy)	19 €
	Komplexný zoznam receptov s postupmi prípravy (recepty sú navrhnuté v súlade s dodržiavaním 1.fázy protokolu) - dočasne nedostupné	39 €
	Tlač dokumentov, hrebeňová väzba a ich odoslanie poštou	19 €

*30 dní od zaslania stravovacieho plánu odpovedám na vaše prípadné otázky e-mailom a to min. 3x do týždňa (pondelok, streda a piatok), zvyčajne však aj častejšie