

# CELULIT CONTROL Advance



**Nutripharma**  
especialistas en nutrición y salud

**DESAYUNO:** 150ml de Agua + Zumo de naranja o kiwi o naranja + Café + Tostada integral (60g) con aceite, tomate y pavo o Jamón York o queso fresco o atún al natural

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
<b>Media mañana</b>	Opción 1: Fruta + 2-3 nueces o 5-6 almendras Opción 2: Yogur 0%						
<b>COMIDA</b>	Conejo al horno con verduras	Sardinas plancha Ensalada	Ternera a la jardinera	Cocido desgrasado	Merluza a la vasca Judías verdes	Cous-cous con pollo y curry	Calamares plancha Parrillada de
<b>Media tarde</b>	Opción 1: Biscote integral con queso fresco o pavo o jamón cocido + infusión o té Opción 2: Yogurt o fruta + infusión o té						
<b>CENA</b>	Acelgas salteadas con taquitos de jamón serrano Yogur 0%+ + INFUSIÓN OB8	Tortilla de calabacín Piña o sandía + INFUSIÓN OB8	Coliflor con atún Yogur 0% + INFUSIÓN OB8	Tortilla de brócoli Piña o sandía + INFUSIÓN OB8	Ensalada de endivia, langostinos cocidos, piña y zanahoria + INFUSIÓN OB8	Pollo plancha + Espárragos blancos + INFUSIÓN OB8	Ensalada de remolacha con queso fresco, zanahoria y tomate + INFUSIÓN OB8

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
<b>Media mañana</b>	Opción 1: Fruta + 2-3 nueces o 5-6 almendras Opción 2: Yogur 0%						
<b>COMIDA</b>	Ternera plancha + Champiñones salteados	Lentejas con verduras	Bacalao con tomate	Ensalada de quinoa con tomate, cebolla, atún y zanahoria	Menestra de verduras Pavo plancha	Pollo al horno con verduras	Paella con marisco
<b>Media Tarde</b>	Opción 1: Biscote integral con queso fresco o pavo o jamón cocido + infusión o té Opción 2: Yogurt o fruta + infusión o té						
<b>CENA</b>	Huevos rellenos de atún y pisto Yogur 0% + INFUSIÓN OB8	Alcachofas salteadas con jamón serrano Piña o sandía + INFUSIÓN OB8	Langostinos cocidos + pipirrana 1 yogur 0% + INFUSIÓN OB8	Crema de verduras Piña o sandía + INFUSIÓN OB8	Tortilla de ajetes Piña o sandía + INFUSIÓN OB8	Merluza plancha + Espárragos verdes + INFUSIÓN OB8	Ensalada de brócoli con queso fresco, 3 nueces y manzana + INFUSIÓN OB8

**RECUERDA:** Tomar 2 cápsulas al día, una en desayuno y otra en cena.

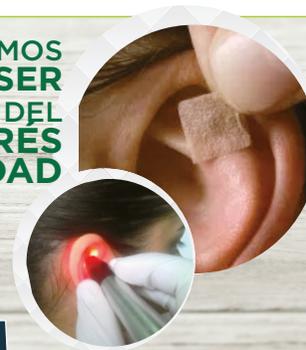
LE ESPERAMOS EN NUESTRA

**CONSULTA DE NUTRICIÓN**

EN FARMACIAS Y CENTROS MÉDICOS

- + ACUPUNTURA LÁSER
- + PLAN PERSONALIZADO
- + COACHING NUTRICIONAL
- + AURICULOTERAPIA
- + ENTRENAMIENTO PERSONAL
- + MEDICIÓN CORPORAL SEGMENTAL

APLICAMOS  
**ACUPUNTURA LÁSER**  
PARA EL CONTROL DEL  
**APETITO, ESTRÉS  
Y ANSIEDAD**



**BUSQUE SU CENTRO MÁS CERCANO EN [WWW.MYNUTRIPHARMA.COM](http://WWW.MYNUTRIPHARMA.COM)**