

Pack Bellsiluet 7 días

PÉRDIDA DE PESO

Este pack está específicamente diseñado para la pérdida de peso, con una combinación de complementos alimenticios fáciles de tomar, con los cuales atacamos diferentes frentes.

Con **Bellsiluet Sol y Luna**, producto que destaca por su multifuncionalidad, abordamos la retención de líquidos y la acción lipolítica.

Las **Galletas Bellsiluet**, con alto contenido en fibra, ayudan a facilitar el tránsito intestinal y prolongan la sensación de saciedad.

Para reducir el aporte calórico diario, haremos 5 cenas hipocalóricas con **Bellsiluet Natillas**, disfrutando de su delicioso sabor.

Este **PACK BELLSILUET** incluye:

BELLSILUET SOL Y LUNA:



ACCIÓN: Complemento multifunción, que aúna propiedades diuréticas, lipolíticas y antioxidantes.

CONTENIDO: 14 viales

DURACIÓN: 7 días

Antes del desayuno tomar un vial de la fórmula de día y **antes de la cena**, tomar un vial de la fórmula de noche, diluidos en un vaso de agua, zumo o infusión.

GALLETAS BELLSILUET:



ACCIÓN: Complemento ideal para dietas con un consumo habitual insuficiente de fibra. Ayudan a facilitar el tránsito intestinal y prolongan la sensación de saciedad.

DURACIÓN: 7 días

BELLSILUET NATILLAS:



ACCIÓN: Las natillas aportan el equilibrio nutricional necesario, es ideal para compensar excesos o como alternativa a los más golosos. Sencillo de preparar.

CONTENIDO: 5 SOBRES

DURACIÓN: 5 (entre cenas y comidas)

ALGUENUIT REDUCTOR DE NOCHE:



ACCIÓN: Crema remodeladora: reduce y define la zona del vientre y las caderas, reafirma la piel y ayuda a reducir de la celulitis, gracias a su acción lipolítica durante la noche que favorece la eliminación de grasa.

CONTENIDO: 200 ml

DURACIÓN: 7 -30 días

laboratorios
abad

Dieta 7 días Bellsiluet



Encuentra tus productos
en tu Herbolario o Dietética
más cercanos.

laboratorios
abad

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SABADO

DOMINGO

DESAYUNO

* Un café o té con leche
desnatada sin azúcar
* 2 tostadas de pan
integral con queso
desnatado



* Un café o té con leche
desnatada sin azúcar
* 4-6 galletas **BELLSILUET**



* Un café o té con leche
desnatada sin azúcar
* Tostada de pan integral
con 1 huevo revuelto

* Un café o té con leche
desnatada sin azúcar
* 4-6 galletas **BELLSILUET**



* Un café o té con leche
desnatada sin azúcar
* Tostada de pan integral
con aceite de oliva
o aguacate

* Un café o té con leche
desnatada sin azúcar
* 4-6 galletas **BELLSILUET**



* Un café o té con leche
desnatada sin azúcar
* Tostada de pan integral
con queso desnatado



MEDIA
MANANA

* 1 pieza de fruta



* 1 pieza de fruta



* 1 pieza de fruta

* 1 pieza de fruta



* 1 pieza de fruta

* 1 pieza de fruta



* 1 pieza de fruta

COMIDA

* Salmon al horno con
calabacín, patata y puerro



* **BELLSILUET NATILLAS**



* Filete de ternera a la
plancha con patata cocida
de guarnición



* Pasta (50 g) (tallarines)
con setas, espárragos
verdes, huevo cocido
y tofu



* **BELLSILUET NATILLAS**



* Ensalada de lentejas
rojas, tomate cherry,
canónigos, cebolla y
pimiento rojo



* Arroz (50 g) de
verduras con pollo



MERIENDA

1 pieza de fruta /
yogur natural

1 pieza de fruta /
yogur natural

1 pieza de fruta /
yogur natural

1 pieza de fruta /
yogur natural

1 pieza de fruta /
yogur natural

1 pieza de fruta /
yogur natural

1 pieza de fruta /
yogur natural

CENA

* **BELLSILUET NATILLAS**



* Puré de verduras con
cúrcuma
* Lenguado a la plancha



* **BELLSILUET NATILLAS**



* Brócoli, cebolla roja
y batata al vapor
* Merluza a la plancha
con ajetes tiernos



* Puré de boniato
* Sardinas al horno
con picada de perejil



* Patata cocida con
pimentón y pulpo a la
brasa o sepia a la plancha



* 2 lonchas de pavo con
espárragos blancos y 2
tostadas integrales con
1/2 aguacate pequeño



Tomar un vial de **BELLSILUET Sol y Luna Fórmula de día**

Tomar un vial de **BELLSILUET Sol y Luna Fórmula de Noche**

Aplicar **ALGUENUIT Reductor de Noche** antes de acostarse