(Logonuz Burada)

Demo Sağlık Tesisi (Prokalite.Com)
PÜRİNDEN FAKİR DİYET LİSTESİ

KAHVALTI 8:30	Az şekerli açık çay veya süt 1 Adet haşlanmış yumurta veya 1 Dilim beyaz peynir 1 Paket reçel veya bal Ekmek Söğüş salatalık-domates
KUŞLUK 11:00	1 Porsiyon meyve
ÖĞLEN 13:30	1 Köfte kadar et 1 Porsiyon sebze yemeği 1 Kase çorba 1 Kase yoğurt 1 Porsiyon pirinç pilavı veya makarna Ekmek Mevsim salata
İKİNDİ 16:30	1 Dilim beyaz peynir 1 Paket ayran Ekmek Meyve
AKŞAM 18:30	1 Köfte kadar et 1 Porsiyon sebze yemeği 1 Kase çorba 1 Kase yoğurt 1 Porsiyon pirinç pilavı veya makarna Ekmek Mevsim salata
GECE 21:30	1 Porsiyon meyve

Kontrole gelirken listenizle beraber gelmeniz gerekmektedir.

*Kontrol saatleri **09:00-12:00** arasındadır.*

*Kontrol için **önce hekiminize** uğrayıp diyetisyen isteği attırınız.*