

Comment consommer notre Detox pack ?

Consommez un jus chaque jour pour une durée totale de 12 jours.
Alternez les saveurs pour bénéficier de l'ensemble des bienfaits nutritionnels de chaque jus.

Jour 01

Matin :

Shot de jus
Pomme Spiruline.

Conseil alimentaire :
Mangez des céréales
ou un yaourt grec.

Jour 02

Midi :

Shot de jus Pastèque
Fraise.

Conseil alimentaire :
Augmentez votre
apport en légumes
verts.

Jour 03

Midi :

Shot de jus Pastèque
Fraise.

Conseil alimentaire :
Réduisez la
consommation de
sucre raffiné

Jour 04

Soir :

Shot de jus Myrtille
Raisin.

Conseil alimentaire :
Hydratez vous avec
de l'eau et tisanes.

Jour 05

Soir :

Shot de jus Myrtille
Raisin.

Conseil alimentaire :
Consommez du
poisson et du poulet.

Jour 06

Matin :

Shot de jus Pomme
Spiruline.

Conseil alimentaire :
Privilégiez les aliments
riches en fibres.

Jour 07

Midi :

Shot de jus
Pastèque Fraise.

Conseil :
Intégrez des
légumineuses
comme les lentilles
ou les pois chiches
dans vos repas.

Jour 08

Matin :

Shot de jus Pomme
Spiruline.

Conseil alimentaire :
Consommez des
légumes à feuilles
vertes pour un apport
en vitamines.

Jour 09

Matin :

Shot de jus Pomme
Spiruline.

Conseil alimentaire :
Privilégiez des
aliments complets
et non-transformés.

Jour 10

Soir :

Shot de jus Myrtille
Raisin.

Conseil alimentaire :
Utilisez des herbes
et épices naturelles
pour aromatiser vos
repas.

Jour 11

Matin :

Shot de jus Pomme
Spiruline.

Conseil alimentaire :
Faites attention à la
consommation de
produit trop gras.

Jour 12

Midi :

Shot de jus Pastèques
Fraise

Conseil alimentaire :
Mangez des portions
contrôlées et évitez
les excès
alimentaires.

N'hésitez pas à partager vos résultats avec nous sur Instagram ❤️

