

Списъкът за пазаруване на Дейвид

	ИМАМ	ТРЯБВА МИ
10-дневна Трансформация, флекс храни		
Органична ябълка	☐	☐
Авокадо	☐	☐
Органични краставици	☐	☐
Диня	☐	☐
Органични боровинки	☐	☐
Органична целина	☐	☐
Органична лятна тиква	☐	☐
Органичен спанак	☐	☐
Органични броколи	☐	☐
Органично зеле	☐	☐
Флекс подправки:		
Лимон (прясно изстискан)	☐	☐
Хималайска морска сол	☐	☐
Лют червен пипер	☐	☐
Канела	☐	☐
Флекс напитки:		
Platinum Green Drink	☐	☐
Неподсладено бадемово мляко	☐	☐
Неподсладено кокосово мляко	☐	☐
Комбуча	☐	☐
Билков безкофеинов чай	☐	☐
10-дневна Лайфстайл Трансформация и Трансформация за атлети Опции за флекс ястия		
Любимите източници на протеини на Дейвид:	☐	☐
Яйца от свободни кокошки	☐	☐
Органична извара	☐	☐
Свободни кокошки, органично хранени	☐	☐
Дива съомга	☐	☐
Леща или други бобови растения различни от соя – шарен боб, бял боб или бакла	☐	☐
Хумус (нахут, тахан, висококачествен зехтин)	☐	☐
Органични броколи	☐	☐
Естествено бадемово, слънчогледово или сусамово масло (без царевичен сироп с високо съдържание на фруктоза, само ядки и морска сол)	☐	☐
Platinum's Spirulina	☐	☐
Platinum's MAP Master Amino Pattern	☐	☐
Platinum's L.O.V.E. Supermeal Original or Chai flavour	☐	☐
Любимите сложни въглехидрати на Дейвид	☐	☐
Червен, черен или кафяв ориз	☐	☐
Киноа	☐	☐
Кускус	☐	☐
Пълнозърнест хляб	☐	☐
Палачинки от елда или пълнозърнести палачинки, пържени в кокосово масло	☐	☐
Розови или сладки картофи	☐	☐
1 порция пълнозърнеста зърнена закуска	☐	☐
Sprouted пълнозърнеста или зеленчукова паста	☐	☐

	ИМАМ	ТРЯБВА МИ
Овесена каша	☐	☐
Крем от елда	☐	☐
Други пълнозърнести зърнени храни	☐	☐
Platinum's Activated Barley	☐	☐
Любимите плодове на Дейвид		
Органични череши (колко е възможно по-тъмни)	☐	☐
Органични боровинки	☐	☐
Органични сливи	☐	☐
Органични малини	☐	☐
Органични къпини	☐	☐
Органични черници	☐	☐
Органични ябълки	☐	☐
Органичен пипер	☐	☐
Диня или пъпеш	☐	☐
Авокадо	☐	☐
Органични краставици	☐	☐
Органични домати	☐	☐
Бадеми	☐	☐
Папая	☐	☐
Органично черно грозде	☐	☐
Любимите зеленчуци на Дейвид		
Органично къдраво зеле	☐	☐
Органични броколи	☐	☐
Органично зеле	☐	☐
Органична лятна тиква	☐	☐
Органични аспержи	☐	☐
Органични гъби	☐	☐
Органични моркови	☐	☐
Био морски морски зеленчуци (Wakame, Hijiki, Dulse)	☐	☐
Био целина	☐	☐
Органичен кориандър	☐	☐
	☐	☐
Препоръчани от Дейвид салатни мазнини и мазнини за готвене		
Био растително масло (кокосово масло от Platinum)	☐	☐
Био сурово масло	☐	☐
Масло от гроздови семки	☐	☐
Шафраново масло	☐	☐
Масло от макадамия	☐	☐
Масло от авокадо	☐	☐
Зехтин екстравърджин	☐	☐
Масло от семена зелен чай	☐	☐
Червено палмово масло	☐	☐
Слънчогледово олио	☐	☐

<https://www.platinumeurope.biz/bulgaria>

До 31.12.2021 специална отстъпка от 50 евро - промокод **Bulgaria**