

## Cenník a popis služieb

TRÁVIACE PROBLÉMY		
Názov služby	Popis služby	Cena
<b>BASIC A</b>	<p><b>Komplexný súhrn informácií o FODMAP protokole (1.fáza)</b></p> <p><b>Komplexný súhrn informácií o FODMAP protokole (2. a 3. fáza)</b></p> <p><b>2 týždňový vzorový stravovací plán</b> navrhnutý na základe dodržiavania princípov 1. fázy FODMAP diéty spolu s postupmi prípravy. Každý deň zahrňuje 5 porcií jedla. Plán môžete po dvoch týždňoch opätovne zopakovať.</p>	<b>89€</b>
<b>BASIC B</b>	<p><b>Komplexný súhrn informácií o FODMAP protokole upravený o reflux (1.fáza)</b></p> <p><b>Komplexný súhrn informácií o FODMAP protokole upravený o reflux (2. a 3.fáza)</b></p> <p><b>2 týždňový vzorový stravovací plán</b> navrhnutý na základe dodržiavania princípov 1. fázy FODMAP diéty - <b>upravený o reflux</b>, spolu s postupmi prípravy. Každý deň zahrňuje 5 porcií jedla. Plán môžete po dvoch týždňoch zopakovať.</p>	<b>99€</b>
<b>BASIC C</b>	<p><b>Komplexný súhrn informácií o FODMAP protokole doplnený o informácie ohľadom zníženej funkcie trehalázy (1.fáza)</b></p> <p><b>Komplexný súhrn informácií o FODMAP protokole doplnený o informácie ohľadom zníženej funkcie trehalázy (2. a 3. fáza)</b></p> <p><b>2 týždňový vzorový stravovací plán</b> navrhnutý na základe dodržiavania princípov 1. fázy FODMAP diéty - <b>upravený o zníženú funkciu trehalázy</b>, spolu s postupmi prípravy. Každý deň zahrňuje 5 porcií jedla. Plán môžete po dvoch týždňoch zopakovať.</p>	<b>99€</b>
<b>BASIC D</b>	<p><b>Komplexný súhrn informácií o FODMAP protokole doplnený o informácie ohľadom fruktózovej intolerancie (1.fáza)</b></p> <p><b>Komplexný súhrn informácií o FODMAP protokole doplnený o informácie ohľadom fruktózovej intolerancie (2. a 3.fáza)</b></p> <p><b>2 týždňový vzorový stravovací plán</b> navrhnutý na základe dodržiavania princípov 1. fázy FODMAP diéty - <b>upravený o fruktózovú intoleranciu</b>, spolu s postupmi prípravy. Každý deň zahrňuje 5 porcií jedla. Plán môžete po dvoch týždňoch zopakovať.</p>	<b>99€</b>

TRÁVIACE PROBLÉMY		
Názov služby	Popis služby	Cena
<b>PREMIUM</b>	<p><b>Komplexný súhrn informácií o FODMAP protokole (1. fáza)</b></p> <p><b>Komplexný súhrn informácií o FODMAP protokole (2. a 3. fáza)</b></p> <p><b>Analýza súčasných návykov</b> - stravovací, pitný a spánkový režim</p> <p><b>Analýza zdravotných problémov, pohybových aktivít a úrovni stresu</b></p> <p><b>Individuálny stravovací plán nastavený v rámci kalorického príjmu/výdaju</b> – plán obsahuje 5 receptov na každú hlavnú porciu dňa a 3 recepty na doplnkové porcie dňa (t.j. 21 receptov) - vrátane postupov prípravy</p> <p><b>Tel. konzultácia</b> (cca 45 min.)</p>	<b>159€</b>
<b>PREMIUM +</b>	<p><i>Cena zahrňuje ten istý balík služieb ako v prípade služby "PREMIUM", s týmito extra službami:</i></p> <p><b>Skrátený zoznam receptov s ingredienciami</b> (vhodný na chladničku)</p> <p><b>Nákupný zoznam</b> k stravovaciemu plánu</p> <p><b>Suplementačný plán</b> (plán doplnkov výživy)</p> <p><b>Monitoring (30-dňový)*</b></p>	<b>189€</b>

DOPLŇKOVÉ SLUŽBY	
<b>Komplexná analýza životného štýlu</b> (stravovací, pitný, spánkový režim) + analýza zdravotných problémov, symptómov, pohybových aktivít a stresu	<b>19€</b>
<b>Komplexné informácie o FODMAP protokole</b> – 30 stranový dokument dopodrobna opisujúci 1., 2., a 3. fázu FODMAP protokolu (v elektronickej podobe)	<b>39€</b>
<b>Komplexný zoznam FODMAP receptov</b> s postupmi prípravy (recepty sú navrhnuté v súlade s dodržiavaním 1. fázy FODMAP protokolu) a dokument je vytlačený do mäkkej brožovej väzby. Cena je vrátane poštovného (1. trieda, doporučene)	<b>49€</b>
10 - stranový dokument poskytujúci <b>základné informácie o zníženej funkcii sacharázy</b> vrátane zoznamu ne/povolených potravín a všeobecných vzorových jedál	<b>19€</b>
<b>Individuálny suplementačný plán</b> (Personalizovaný plán doplnkov výživy)	<b>29€</b>
<b>Nové recepty k existujúcemu stravovaciemu plánu</b> k službe PREMIUM/PREMIUM+ (3 recepty na každú porciu dňa)	<b>19€</b>
<b>Monitoring (30-dňový)</b>	<b>49€</b>
<b>Tel.konzultácia</b> (45 min.)	<b>49€</b>
<b>Tlač dokumentov, hrebeňová väzba a ich odoslanie poštou</b>	<b>19€</b>