

## خدمة حماية غذائية بدون تحليل



• **الحماية غذائية بدون تحليل**، هي من الأنظمة الغذائية التي تُصمم بعناية لإدارة الوزن، وتحسين الصحة الشمولية. ويتم تصميمه بعناية بناء على الحالة الصحية حسب استبيان دقيق من موزونة



### • ستصلك قائمة بأهم الأغذية التي تحتاجها خلال فترة النظام الغذائي

• **حيث تحتوي على عدة عناصر:** (نشويات، خضروات، بروتين، دهون) وكذلك مقسم بحسب الوجبات الرئيسية: (الإفطار، الغداء، العشاء) وأيضا الوجبات الخفيفة خلال اليوم.

• **يتم احتساب احتياج الجسم من السعرات الحرارية** وتحديد كميات الوجبات بدقة اعتمادًا على معدل النشاط بالإضافة للوزن والطول والعمر

• **نود أن نشير إلى أن الأغذية المقترحة** هي مصادر رئيسية ومكثفة بمنهج التغذية العلاجية الشمولية التي يحتاجها جسمك حسب الاستبيان الدقيق الذي نرود العميل به للوصول لهدف التوازن الشمولي المطلوب

• **جميع الأنظمة الغذائية صالحة لمدة ٣ أشهر** من تاريخ إرسالها للعميل، وفي حال طلب العميل إكمال ٣ أشهر إضافية بعد مرور أول ٣ أشهر؛ يجب أن يتحقق أولاً من موافقة الأخصائي لإعادة اشتراكه في خدمة إعادة احتساب السعرات الحرارية لتعديل كميات الأغذية حسب وزنه الحديث والملاحظات الجديدة على حالته