

# DETOX MENU (Day 1)

Прием заказа для доставки на следующий день до 12:00



VERBA MAYR

австрийский центр здоровья

□□ д □□ м 20□□ г

## СОСТАВ РАЦИОНА ПИТАНИЯ

(поставьте ✓ напротив выбранной продукции)

### ЗАВТРАК

#### МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ (один на выбор)

- Йогурт (из козьего молока) 200 г / 110 ккал  
 Йогурт (из безлактозного молока) 200 г / 123 ккал

#### БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ ХЛЕБ собственной выпечки (один на выбор)

- Тост гречневый 100 г / 193 ккал  
 Тост кукурузный 100 г / 219 ккал  
 Тост полбовый 100 г / 224 ккал  
 Тост льняной 100 г / 178 ккал

#### ДОБАВКИ (один на выбор)

- Ветчина из индейки 50 г / 66 ккал  
 Гравлак (лосось слабого посола) 50 г / 79 ккал  
 Авокадо 50 г / 101 ккал  
 Тофу с оливками 50 г / 44 ккал  
 Сыр козий домашний 50 г / 145 ккал  
 Сыр «Шевр» козий 50 г / 128 ккал  
 Сыр безлактозный домашний 50 г / 122 ккал  
 Сыр «Рикотта» безлактозный 50 г / 87 ккал  
 Овощная икра 50 г / 46 ккал  
 Грибная икра 50 г / 40 ккал

### ОБЕД

#### СУПЫ (один на выбор)

- Минестроне 250 г / 51 ккал  
 Крем-суп из запеченного пастернака 250 г / 65 ккал

#### ГОРЯЧИЕ БЛЮДА (один на выбор)

- Жареный сыр халуми с овощным рагу 265 г / 332 ккал  
 Филе индейки с артишоками и запеченной тыквой 270 г / 208 ккал  
 Филе сибаса с зеленой спаржей, пюре из сельдерея и соусом верж 250 г / 167 ккал  
 Льняные гёдза с овощами и кисло-сладким соусом 215 г / 162 ккал

### УЖИН

#### ГОРЯЧИЕ БЛЮДА (один на выбор)

- Болонезе из индейки с овощными спагетти 270 г / 232 ккал  
 Филе муксуна с пастернаком, морковными спагетти и брокколи 290 г / 173 ккал  
 Айсберг с зеленым рататуем и соусом из кокоса 270 г / 332 ккал

УКАЖИТЕ ЖЕЛАЕМОЕ КОЛИЧЕСТВО ОДНОРАЗОВЫХ ПРИБОРОВ НА ДЕНЬ:  
(1 вилка, 1 ложка, 1 нож, 1 зубочистка, 1 салфетка) 1 НАБОР – 100 РУБЛЕЙ

АНКЕТА-ЗАКАЗ от \_\_\_\_\_ г. на Программу \_\_\_\_\_ (Тип меню \_\_\_\_\_)

к Абонентскому договору на оказание комплекса платных медицинских услуг и сервисных услуг № \_\_\_\_\_

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ года (Договор) и Приложению № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ года.

ДАТА СОСТАВЛЕНИЯ

ПОДПИСЬ:

# DETOX MENU (Day 2)

Прием заказа для доставки на следующий день до 12:00



VERBA MAYR

австрийский центр здоровья

□□ д □□ м 20□□ г

## СОСТАВ РАЦИОНА ПИТАНИЯ

(поставьте ✓ напротив выбранной продукции)

### ЗАВТРАК

#### МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ (один на выбор)

- Йогурт (из козьего молока) 200 г / 110 ккал  
 Йогурт (из безлактозного молока) 200 г / 123 ккал

#### БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ ХЛЕБ собственной выпечки (один на выбор)

- Тост гречневый 100 г / 193 ккал  
 Тост кукурузный 100 г / 219 ккал  
 Тост полбовый 100 г / 224 ккал  
 Тост льняной 100 г / 178 ккал

#### ДОБАВКИ (один на выбор)

- Ветчина из индейки 50 г / 66 ккал  
 Гравлак (лосось слабого посола) 50 г / 79 ккал  
 Авокадо 50 г / 101 ккал  
 Тофу с оливками 50 г / 44 ккал  
 Сыр козий домашний 50 г / 145 ккал  
 Сыр «Шевр» козий 50 г / 128 ккал  
 Сыр безлактозный домашний 50 г / 122 ккал  
 Сыр «Рикотта» безлактозный 50 г / 87 ккал  
 Овощная икра 50 г / 46 ккал  
 Грибная икра 50 г / 40 ккал

### ОБЕД

#### СУПЫ (один на выбор)

- Минестроне 250 г / 51 ккал  
 Крем-суп из сельдерея 250 г / 62 ккал

#### ГОРЯЧИЕ БЛЮДА (один на выбор)

- Жареный сыр халуми с овощным рагу 265 г / 332 ккал  
 Медальоны из говядины с пюре из пас-  
тернака и перечным карри с клюквой 250 г / 417 ккал  
 Овощное рагу с муксуном 290 г / 174 ккал  
 Спагетти из кукурузы аль песто 250 г / 55 ккал

### УЖИН

#### ГОРЯЧИЕ БЛЮДА (один на выбор)

- Куриная грудка с вешенками  
и топинамбуром 290 г / 234 ккал  
 Тальятелле из цуккини  
с морепродуктами 285 г / 403 ккал  
 Овощные спагетти с соусом песто 290 г / 120 ккал

УКАЖИТЕ ЖЕЛАЕМОЕ КОЛИЧЕСТВО ОДНОРАЗОВЫХ ПРИБОРОВ НА ДЕНЬ:  
(1 вилка, 1 ложка, 1 нож, 1 зубочистка, 1 салфетка) 1 НАБОР – 100 РУБЛЕЙ

АНКЕТА-ЗАКАЗ от \_\_\_\_\_ г. на Программу \_\_\_\_\_ (Тип меню \_\_\_\_\_)

к Абонентскому договору на оказание комплекса платных медицинских услуг и сервисных услуг № \_\_\_\_\_

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ года (Договор) и Приложению № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ года.

ДАТА СОСТАВЛЕНИЯ

ПОДПИСЬ:

# DETOX MENU (Day 3)

Прием заказа для доставки на следующий день до 12:00



VERBA MAYR

австрийский центр здоровья

□□ д □□ м 20□□ г

## СОСТАВ РАЦИОНА ПИТАНИЯ

(поставьте ✓ напротив выбранной продукции)

### ЗАВТРАК

#### МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ (один на выбор)

- Йогурт (из козьего молока) 200 г / 110 ккал  
 Йогурт (из безлактозного молока) 200 г / 123 ккал

#### БЕЗГЛУТЕНОВЫЙ ХЛЕБ собственной выпечки (один на выбор)

- Тост гречневый 100 г / 193 ккал  
 Тост кукурузный 100 г / 219 ккал  
 Тост полбовый 100 г / 224 ккал  
 Тост льняной 100 г / 178 ккал

#### ДОБАВКИ (один на выбор)

- Ветчина из индейки 50 г / 66 ккал  
 Гравлак (лосось слабого посола) 50 г / 79 ккал  
 Авокадо 50 г / 101 ккал  
 Тофу с оливками 50 г / 44 ккал  
 Сыр козий домашний 50 г / 145 ккал  
 Сыр «Шевр» козий 50 г / 128 ккал  
 Сыр безлактозный домашний 50 г / 122 ккал  
 Сыр «Рикотта» безлактозный 50 г / 87 ккал  
 Овощная икра 50 г / 46 ккал  
 Грибная икра 50 г / 40 ккал

### ОБЕД

#### СУПЫ (один на выбор)

- Минестроне 250 г / 51 ккал  
 Крем-суп из зеленых овощей 250 г / 60 ккал

#### ГОРЯЧИЕ БЛЮДА (один на выбор)

- Жареный сыр халуми с овощным рагу 265 г / 332 ккал

- Террин из утки с артишоком и тыквенными драниками 280 г / 344 ккал  
 Филе лосося с салатом бок чой, печеным сельдереем, шиитаке и пряным бульоном 280 г / 351 ккал  
 Дикий рис с овощами и трюфельным соусом 210 г / 164 ккал

### УЖИН

#### ГОРЯЧИЕ БЛЮДА (один на выбор)

- Рулет из кролика с овощным рататуем 280 г / 369 ккал  
 Филе палтуса с пюре из сельдерея и овощным жемчугом 300 г / 207 ккал  
 Овощи вок с грибами и кисло-сладким соусом 250 г / 171 ккал

УКАЖИТЕ ЖЕЛАЕМОЕ КОЛИЧЕСТВО ОДНОРАЗОВЫХ ПРИБОРОВ НА ДЕНЬ:  
(1 вилка, 1 ложка, 1 нож, 1 зубочистка, 1 салфетка) 1 НАБОР – 100 РУБЛЕЙ

АНКЕТА-ЗАКАЗ от \_\_\_\_\_ г. на Программу \_\_\_\_\_ (Тип меню \_\_\_\_\_)

к Абонентскому договору на оказание комплекса платных медицинских услуг и сервисных услуг № \_\_\_\_\_

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ года (Договор) и Приложению № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ года.

ДАТА СОСТАВЛЕНИЯ

ПОДПИСЬ:

# DETOX MENU (Day 4)

Прием заказа для доставки на следующий день до 12:00



VERBA MAYR

австрийский центр здоровья

□□ д □□ м 20□□ г

## СОСТАВ РАЦИОНА ПИТАНИЯ

(поставьте ✓ напротив выбранной продукции)

### ЗАВТРАК

#### МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ (один на выбор)

- Йогурт (из козьего молока) 200 г / 110 ккал  
 Йогурт (из безлактозного молока) 200 г / 123 ккал

#### БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ ХЛЕБ собственной выпечки (один на выбор)

- Тост гречневый 100 г / 193 ккал  
 Тост кукурузный 100 г / 219 ккал  
 Тост полбовый 100 г / 224 ккал  
 Тост льняной 100 г / 178 ккал

#### ДОБАВКИ (один на выбор)

- Ветчина из индейки 50 г / 66 ккал  
 Гравлак (лосось слабого посола) 50 г / 79 ккал  
 Авокадо 50 г / 101 ккал  
 Тофу с оливками 50 г / 44 ккал  
 Сыр козий домашний 50 г / 145 ккал  
 Сыр «Шевр» козий 50 г / 128 ккал  
 Сыр безлактозный домашний 50 г / 122 ккал  
 Сыр «Рикотта» безлактозный 50 г / 87 ккал  
 Овощная икра 50 г / 46 ккал  
 Грибная икра 50 г / 40 ккал

### ОБЕД

#### СУПЫ (один на выбор)

- Томатный суп с овощами 250 г / 65 ккал  
 Крем-суп из брокколи с миндалем 250 г / 64 ккал

#### ГОРЯЧИЕ БЛЮДА (один на выбор)

- Жареный сыр халуми с овощным рагу 265 г / 332 ккал  
 Цыпленок корнишон с овощами гриль 290 г / 274 ккал  
 Филе лосося с томленным сельдереем, зеленой спаржей и кокосовым карри 320 г / 283 ккал  
 Полента с печеными овощами и овощным соусом 250 г / 309 ккал

### УЖИН

#### ГОРЯЧИЕ БЛЮДА (один на выбор)

- Индейка с тушеным в кокосовом молоке латуком 270 г / 236 ккал  
 Филе форели с цукини и пюре из цветной капусты 290 г / 274 ккал  
 Ризотто из конопли с карри из латука и спаржи 260 г / 295 ккал

УКАЖИТЕ ЖЕЛАЕМОЕ КОЛИЧЕСТВО ОДНОРАЗОВЫХ ПРИБОРОВ НА ДЕНЬ:  
(1 вилка, 1 ложка, 1 нож, 1 зубочистка, 1 салфетка) 1 НАБОР – 100 РУБЛЕЙ

АНКЕТА-ЗАКАЗ от \_\_\_\_\_ г. на Программу \_\_\_\_\_ (Тип меню \_\_\_\_\_)

к Абонентскому договору на оказание комплекса платных медицинских услуг и сервисных услуг № \_\_\_\_\_

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ года (Договор) и Приложению № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ года.

ДАТА СОСТАВЛЕНИЯ

ПОДПИСЬ:

# DETOX MENU (Day 5)

Прием заказа для доставки на следующий день до 12:00



VERBA MAYR

австрийский центр здоровья

□□ д □□ м 20□□ г

## СОСТАВ РАЦИОНА ПИТАНИЯ

(поставьте ✓ напротив выбранной продукции)

### ЗАВТРАК

#### МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ (один на выбор)

- Йогурт (из козьего молока) 200 г / 110 ккал  
 Йогурт (из безлактозного молока) 200 г / 123 ккал

#### БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ ХЛЕБ собственной выпечки (один на выбор)

- Тост гречневый 100 г / 193 ккал  
 Тост кукурузный 100 г / 219 ккал  
 Тост полбовый 100 г / 224 ккал  
 Тост льняной 100 г / 178 ккал

#### ДОБАВКИ (один на выбор)

- Ветчина из индейки 50 г / 66 ккал  
 Гравлак (лосось слабого посола) 50 г / 79 ккал  
 Авокадо 50 г / 101 ккал  
 Тофу с оливками 50 г / 44 ккал  
 Сыр козий домашний 50 г / 145 ккал  
 Сыр «Шевр» козий 50 г / 128 ккал  
 Сыр безлактозный домашний 50 г / 122 ккал  
 Сыр «Рикотта» безлактозный 50 г / 87 ккал  
 Овощная икра 50 г / 46 ккал  
 Грибная икра 50 г / 40 ккал

### ОБЕД

#### СУПЫ (один на выбор)

- Томатный суп с овощами 250 г / 65 ккал  
 Крем-суп из свеклы с кокосовым молоком 250 г / 114 ккал

#### ГОРЯЧИЕ БЛЮДА (один на выбор)

- Жареный сыр халуми с овощным рагу 265 г / 332 ккал  
 Ножка кролика с топинамбуром и спагетти из цукини 250 г / 252 ккал  
 Филе омуля с пюре из цукини и соусом вьерж 275 г / 198 ккал  
 Пенне из кукурузы с вешенками 270 г / 105 ккал

### УЖИН

#### ГОРЯЧИЕ БЛЮДА (один на выбор)

- Курина грудка с равиоли из цукини и печеных баклажанов 285 г / 279 ккал  
 Филе дикой ленской нельмы томленое с овощами 280 г / 331 ккал  
 Овощная лазанья 260 г / 104 ккал

УКАЖИТЕ ЖЕЛАЕМОЕ КОЛИЧЕСТВО ОДНОРАЗОВЫХ ПРИБОРОВ НА ДЕНЬ:  
(1 вилка, 1 ложка, 1 нож, 1 зубочистка, 1 салфетка) 1 НАБОР – 100 РУБЛЕЙ

АНКЕТА-ЗАКАЗ от \_\_\_\_\_ г. на Программу \_\_\_\_\_ (Тип меню \_\_\_\_\_)

к Абонентскому договору на оказание комплекса платных медицинских услуг и сервисных услуг № \_\_\_\_\_

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ года (Договор) и Приложению № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ года.

ДАТА СОСТАВЛЕНИЯ

ПОДПИСЬ:

# DETOX MENU (Day 6)

Прием заказа для доставки на следующий день до 12:00



VERBA MAYR

австрийский центр здоровья

□□ д □□ м 20□□ г

## СОСТАВ РАЦИОНА ПИТАНИЯ

(поставьте ✓ напротив выбранной продукции)

### ЗАВТРАК

#### МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ (один на выбор)

- Йогурт (из козьего молока) 200 г / 110 ккал  
 Йогурт (из безлактозного молока) 200 г / 123 ккал

#### БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ ХЛЕБ собственной выпечки (один на выбор)

- Тост гречневый 100 г / 193 ккал  
 Тост кукурузный 100 г / 219 ккал  
 Тост полбовый 100 г / 224 ккал  
 Тост льняной 100 г / 178 ккал

#### ДОБАВКИ (один на выбор)

- Ветчина из индейки 50 г / 66 ккал  
 Гравлак (лосось слабого посола) 50 г / 79 ккал  
 Авокадо 50 г / 101 ккал  
 Тофу с оливками 50 г / 44 ккал  
 Сыр козий домашний 50 г / 145 ккал  
 Сыр «Шевр» козий 50 г / 128 ккал  
 Сыр безлактозный домашний 50 г / 122 ккал  
 Сыр «Рикотта» безлактозный 50 г / 87 ккал  
 Овощная икра 50 г / 46 ккал  
 Грибная икра 50 г / 40 ккал

### ОБЕД

#### СУПЫ (один на выбор)

- Борщ постный Verba Mayr 250 г / 55 ккал  
 Крем-суп из моркови с имбирем 250 г / 63 ккал

#### ГОРЯЧИЕ БЛЮДА (один на выбор)

- Жареный сыр халуми с овощным рагу 265 г / 332 ккал  
 Говяжий ростбиф с томленой репой, фрикасе из вешенок и сморчков 265 г / 447 ккал  
 Филе сибаса с цукини, томатной сферой и кнели из цветной капусты 260 г / 158 ккал  
 Ризотто из зеленой гречки с грибами 280 г / 191 ккал

### УЖИН

#### ГОРЯЧИЕ БЛЮДА (один на выбор)

- Цыпленок корнишон с томатный соусом и овощной лазаньей 260 г / 241 ккал  
 Палтус с цветной капустой и базиликом 285 г / 246 ккал  
 Овощной рататуй с томатным соусом 250 г / 286 ккал

УКАЖИТЕ ЖЕЛАЕМОЕ КОЛИЧЕСТВО ОДНОРАЗОВЫХ ПРИБОРОВ НА ДЕНЬ:  
(1 вилка, 1 ложка, 1 нож, 1 зубочистка, 1 салфетка) 1 НАБОР – 100 РУБЛЕЙ

АНКЕТА-ЗАКАЗ от \_\_\_\_\_ г. на Программу \_\_\_\_\_ (Тип меню \_\_\_\_\_)

к Абонентскому договору на оказание комплекса платных медицинских услуг и сервисных услуг № \_\_\_\_\_

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ года (Договор) и Приложению № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ года.

ДАТА СОСТАВЛЕНИЯ

ПОДПИСЬ:

# DETOX MENU (Day 7)

Прием заказа для доставки на следующий день до 12:00



VERBA MAYR

австрийский центр здоровья

□□ д □□ м 20□□ г

## СОСТАВ РАЦИОНА ПИТАНИЯ

(поставьте ✓ напротив выбранной продукции)

### ЗАВТРАК

#### МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ (один на выбор)

- Йогурт (из козьего молока) 200 г / 110 ккал  
 Йогурт (из безлактозного молока) 200 г / 123 ккал

#### БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ ХЛЕБ собственной выпечки (один на выбор)

- Тост гречневый 100 г / 193 ккал  
 Тост кукурузный 100 г / 219 ккал  
 Тост полбовый 100 г / 224 ккал  
 Тост льняной 100 г / 178 ккал

#### ДОБАВКИ (один на выбор)

- Ветчина из индейки 50 г / 66 ккал  
 Гравлак (лосось слабого посола) 50 г / 79 ккал  
 Авокадо 50 г / 101 ккал  
 Тофу с оливками 50 г / 44 ккал  
 Сыр козий домашний 50 г / 145 ккал  
 Сыр «Шевр» козий 50 г / 128 ккал  
 Сыр безлактозный домашний 50 г / 122 ккал  
 Сыр «Рикотта» безлактозный 50 г / 87 ккал  
 Овощная икра 50 г / 46 ккал  
 Грибная икра 50 г / 40 ккал

### ОБЕД

#### СУПЫ (один на выбор)

- Борщ постный Verba Mayr 250 г / 55 ккал  
 Крем-суп из топинамбура 250 г / 77 ккал

#### ГОРЯЧИЕ БЛЮДА (один на выбор)

- Жареный сыр халуми с овощным рагу 265 г / 332 ккал  
 Томленая утиная ножка с запеченным бататом и конфитюром из айвы 280 г / 558 ккал  
 Филе морской форели с овощными спагетти и вялеными томатами 242 г / 238 ккал  
 Стеклопанная лапша с овощами вок и кисло-сладким соусом 270 г / 387 ккал

### УЖИН

#### ГОРЯЧИЕ БЛЮДА (один на выбор)

- Грудка индейки с овощным террином 250 г / 178 ккал  
 Филе сибаса с рагу из топинамбура, артишоком и томатами 270 г / 272 ккал  
 Зеленая спаржа с артишоками и соусом из авокадо 250 г / 143 ккал

УКАЖИТЕ ЖЕЛАЕМОЕ КОЛИЧЕСТВО ОДНОРАЗОВЫХ ПРИБОРОВ НА ДЕНЬ:  
(1 вилка, 1 ложка, 1 нож, 1 зубочистка, 1 салфетка) 1 НАБОР – 100 РУБЛЕЙ

АНКЕТА-ЗАКАЗ от \_\_\_\_\_ г. на Программу \_\_\_\_\_ (Тип меню \_\_\_\_\_)

к Абонентскому договору на оказание комплекса платных медицинских услуг и сервисных услуг № \_\_\_\_\_

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ года (Договор) и Приложению № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ года.

ДАТА СОСТАВЛЕНИЯ

ПОДПИСЬ:

# DETOX MENU (Day 8)

Прием заказа для доставки на следующий день до 12:00



VERBA MAYR

австрийский центр здоровья

□□ д □□ м 20□□ г

## СОСТАВ РАЦИОНА ПИТАНИЯ

(поставьте ✓ напротив выбранной продукции)

### ЗАВТРАК

#### МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ (один на выбор)

- Йогурт (из козьего молока) 200 г / 110 ккал  
 Йогурт (из безлактозного молока) 200 г / 123 ккал

#### БЕЗГЛУТЕНОВЫЙ ХЛЕБ собственной выпечки (один на выбор)

- Тост гречневый 100 г / 193 ккал  
 Тост кукурузный 100 г / 219 ккал  
 Тост полбовый 100 г / 224 ккал  
 Тост льняной 100 г / 178 ккал

#### ДОБАВКИ (один на выбор)

- Ветчина из индейки 50 г / 66 ккал  
 Гравлак (лосось слабого посола) 50 г / 79 ккал  
 Авокадо 50 г / 101 ккал  
 Тофу с оливками 50 г / 44 ккал  
 Сыр козий домашний 50 г / 145 ккал  
 Сыр «Шевр» козий 50 г / 128 ккал  
 Сыр безлактозный домашний 50 г / 122 ккал  
 Сыр «Рикотта» безлактозный 50 г / 87 ккал  
 Овощная икра 50 г / 46 ккал  
 Грибная икра 50 г / 40 ккал

### ОБЕД

#### СУПЫ (один на выбор)

- Кокосовый суп том кха со спаржей и шиитаке 250 г / 181 ккал  
 Крем-суп с грибами 250 г / 50 ккал

#### ГОРЯЧИЕ БЛЮДА (один на выбор)

- Жареный сыр халуми с овощным рагу 265 г / 332 ккал  
 Тефтели из индейки с соусом карри, цуккини и фенхелем 230 г / 242 ккал  
 Филе ленской нельмы запеченное с соусом из авокадо и зеленой спаржи 270 г / 257 ккал  
 Полента с вешенками и кремом из белых грибов 284 г / 135 ккал

### УЖИН

#### ГОРЯЧИЕ БЛЮДА (один на выбор)

- Куриная грудка с запеченным топинамбуром, фалафелем из свеклы и пюре из брокколи 270 г / 156 ккал  
 Рубленые биточки из палтуса и лосося с овощным жемчугом и тыквенным пюре 330 г / 245 ккал  
 Соте из овощей в кокосовом молоке с лимонником 260 г / 214 ккал

УКАЖИТЕ ЖЕЛАЕМОЕ КОЛИЧЕСТВО ОДНОРАЗОВЫХ ПРИБОРОВ НА ДЕНЬ:  
(1 вилка, 1 ложка, 1 нож, 1 зубочистка, 1 салфетка) 1 НАБОР – 100 РУБЛЕЙ

АНКЕТА-ЗАКАЗ от \_\_\_\_\_ г. на Программу \_\_\_\_\_ (Тип меню \_\_\_\_\_)

к Абонентскому договору на оказание комплекса платных медицинских услуг и сервисных услуг № \_\_\_\_\_

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ года (Договор) и Приложению № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ года.

ДАТА СОСТАВЛЕНИЯ

ПОДПИСЬ:



# DETOX MENU (Day 9)

Прием заказа для доставки на следующий день до 12:00



VERBA MAYR

австрийский центр здоровья

□□ д □□ м 20□□ г

## СОСТАВ РАЦИОНА ПИТАНИЯ

(поставьте ✓ напротив выбранной продукции)

### ЗАВТРАК

#### МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ (один на выбор)

- Йогурт (из козьего молока) 200 г / 110 ккал  
 Йогурт (из безлактозного молока) 200 г / 123 ккал

#### БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ ХЛЕБ собственной выпечки (один на выбор)

- Тост гречневый 100 г / 193 ккал  
 Тост кукурузный 100 г / 219 ккал  
 Тост полбовый 100 г / 224 ккал  
 Тост льняной 100 г / 178 ккал

#### ДОБАВКИ (один на выбор)

- Ветчина из индейки 50 г / 66 ккал  
 Гравлак (лосось слабого посола) 50 г / 79 ккал  
 Авокадо 50 г / 101 ккал  
 Тофу с оливками 50 г / 44 ккал  
 Сыр козий домашний 50 г / 145 ккал  
 Сыр «Шевр» козий 50 г / 128 ккал  
 Сыр безлактозный домашний 50 г / 122 ккал  
 Сыр «Рикотта» безлактозный 50 г / 87 ккал  
 Овощная икра 50 г / 46 ккал  
 Грибная икра 50 г / 40 ккал

### ОБЕД

#### СУПЫ (один на выбор)

- Кокосовый суп том хха со спаржей и шиитаке 250 г / 181 ккал  
 Крем-суп из тыквы с имбирем 250 г / 81 ккал

#### ГОРЯЧИЕ БЛЮДА (один на выбор)

- Жареный сыр халуми с овощным рагу 265 г / 332 ккал  
 Медальоны из кролика с томатным соусом и овощным рагу 265 г / 282 ккал  
 Филе лосося с пюре из пастернака и лимонника и печеной свеклы 260 г / 417 ккал  
 Равиоли из полбы с овощным соусом и грибами 250 г / 236 ккал

### УЖИН

#### ГОРЯЧИЕ БЛЮДА (один на выбор)

- Куриная грудка с овощами в кисло-сладком соусе 270 г / 156 ккал  
 Филе омуля с цветной капустой, конкассе из томатов и базилика 295 г / 235 ккал  
 Овощной террин 261 г / 101 ккал

УКАЖИТЕ ЖЕЛАЕМОЕ КОЛИЧЕСТВО ОДНОРАЗОВЫХ ПРИБОРОВ НА ДЕНЬ:  
(1 вилка, 1 ложка, 1 нож, 1 зубочистка, 1 салфетка) 1 НАБОР – 100 РУБЛЕЙ

АНКЕТА-ЗАКАЗ от \_\_\_\_\_ г. на Программу \_\_\_\_\_ (Тип меню \_\_\_\_\_)

к Абонентскому договору на оказание комплекса платных медицинских услуг и сервисных услуг № \_\_\_\_\_

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ года (Договор) и Приложению № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ года.

ДАТА СОСТАВЛЕНИЯ

ПОДПИСЬ:

АНКЕТА-ЗАКАЗ на Программу \_\_\_\_\_ (Тип меню \_\_\_\_\_) Оформлено (дата) \_\_\_\_\_

К Абонентскому договору на оказание комплекса платных медицинских услуг и сервисных услуг № \_\_\_\_\_

от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ года (далее - Договор) и Приложению № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ года.

<b>ГОСТЬ (ЗАКАЗЧИК) (Ф.И.О.)</b> _____		
<b>КОНТАКТНЫЕ ТЕЛЕФОНЫ ГОСТЯ (ЗАКАЗЧИКА):</b>		
домашний _____	сотовый _____	рабочий _____
<b>СРОКИ ДОСТАВКИ:</b>		
Всего дней _____	Начало _____ 20____ г.	Окончание _____ 20____ г.
	число _____	месяц _____
<b>ОСУЩЕСТВЛЯТЬ ДОСТАВКУ В ВЫХОДНЫЕ И ПРАЗДНИЧНЫЕ ДНИ? (ДА/НЕТ)</b> _____		
<b>ВРЕМЯ ДОСТАВКИ:</b>		
В рабочие дни: с _____ до _____		В выходные и праздничные дни: с _____ до _____
<i>Указать любой 60-минутный интервал в период с 6.00 ч. до 11.00 ч. Московского времени</i>		
<b>АДРЕС ДОСТАВКИ В РАБОЧИЕ ДНИ:</b>		
_____	_____	_____
станция метро _____	улица _____	дом _____
		корпус/стр. _____
		квартира _____
		этаж _____
		домофон _____
<b>АДРЕС ДОСТАВКИ В ВЫХОДНЫЕ И ПРАЗДНИЧНЫЕ ДНИ:</b>		
_____	_____	_____
станция метро _____	улица _____	дом _____
		корпус/стр. _____
		квартира _____
		этаж _____
		домофон _____
<b>Ф.И.О. И ТЕЛЕФОН ПОЛУЧАТЕЛЯ ЗАКАЗА (ПРОДУКЦИИ):</b> _____		
<i>При изменении указанных в настоящей Анкете-заказе данных, Гость(Заказчик) незамедлительно обязаны информировать Исполнителя (Компанию).</i>		
<b>ГОСТЬ (ЗАКАЗЧИК):</b> Подпись _____	<b>Ф.И.О.</b> _____	_____

### ИНФОРМАЦИЯ О ПРЕДОСТАВЛЯЕМЫХ УСЛУГАХ ПО ДОСТАВКЕ ПРОДУКЦИИ

1. Продукция –блюда и изделия (продукты питания) под брендом Verba Mayr. Рацион питания – набор изготавливаемых Компанией блюд и изделий (продуктов питания) под брендом Verba Mayr (далее – Продукция), скомплектованных по дням недели и видам приема пищи в течение суток соответствии с рекомендациями врача-терапевта, специалистом по Майер-терапии согласно выбранному типу (виду) меню.
2. Изготовителем Продукции под брендом Verba Mayr является Компания - ООО «Верба», ИНН/КПП 5038113549/ 503801001, адрес: 141200, Московская область, Пушкинский района, г. Пушкино, ул. Зеленая роща, стр. 17, стр. 1, телефон: +7 (499) 112-25-22; электронная почта: info@verbamayr.ru; сайт: www.verbamayr.ru  
Информация о Продукции Компании, информацией об её основных потребительских свойствах доступна на сайте Компании в сети «Интернет» по адресу: www.verbamayr.ru.
3. Виды и количество подлежащей доставке Гостю (Заказчику) Продукции определяется в соответствии с составом Рациона питания, скомплектованного по дням недели и видам приема пищи в течение суток (завтрак, обед, ужин), который определяется Гостем (Заказчиком) в соответствии с выбранным типом (видом) меню и указывается в настоящей Анкете-заказе в разделе «Состав рациона питания».  
Окончательное согласование Анкеты-заказа происходит только после обработки заполненной Гостем (Заказчиком) Анкеты-заказа и подтверждения Компанией возможности исполнения условий, указанных Гостем (Заказчиком) в Анкете-заказе.  
В случае отсутствия заказанной в Анкете-заказе Продукции у Компании, Компания вправе самостоятельно заменить отсутствующую Продукцию из Анкеты-заказа на другую Продукцию, уведомив об этом Гостя (Заказчика) путем направления соответствующего электронного сообщения по адресу электронной почты либо звонком по номеру телефона.
4. Порядок и условия доставки: доставка Продукции осуществляется в соответствии с указанными Гостем (Заказчиком) в настоящей Анкете-заказе данными: составу скомплектованного Гостем (Заказчиком) по видам приема пищи в течение суток (завтрак, обед, ужин) Рациона питания (виды, количество Продукции), месту доставки, времени доставки и др.  
Территория доставки Продукции ограничена пределами Москвы и Московской области не далее 35 км от МКАД.  
Доставку Продукции осуществляет привлечённая для оказания услуг по доставке Продукции компания перевозчик - ООО «Джастфоу», ОГРН 5157746059510, ИНН 7713407426, КПП 771301001, место нахождения: 127540, г. Москва, Дубнинская ул., д.4, корп.1.  
Задержки в доставке возможны ввиду непредвиденных обстоятельств, произошедших не по вине лица, осуществляющего доставку Продукции.
5. Стоимость услуг по доставке Продукции за пределы МКАД (Московской кольцевой автомобильной дороги) не входит в размер абонентской платы за Программу и оплачивается Гостем (Заказчиком) дополнительно согласно следующим тарифам:  
Доставка за МКАД, 10 км – 600 рублей;  
Доставка за МКАД, 20 км – 1200 рублей;  
Доставка за МКАД, 30 км – 1800 рублей.

Гость (Заказчик), подписывая Анкету-заказ, подтверждает, что получил полную информацию о Продукции, условиях реализации, доставки, потребления, в том числе опубликованных на сайте в сети «Интернет» по адресу: www.verbamayr.ru.  
Гость (Заказчик), являясь субъектом персональных данных, сообщая Исполнителю путём заполнения Анкеты-заказа/сообщения в рамках согласования Анкеты-заказа по телефону представителю Исполнителя свои персональные данные: ФИО, адрес электронной почты, номер телефона, адрес доставки и иные данные (в том числе: код домофона, контактное лицо – ФИО Получателя заказа (Продукции), его номер, адрес и др.), дает согласие на обработку его персональных данных Исполнителем, а также третьими лицами, привлекаемыми Исполнителем для целей выполнения обязательств перед Гостем (Заказчиком), в том числе в целях обеспечения функционирования обратного звонка, выполнения Исполнителем обязательств перед Гостем (Заказчиком) в рамках Договора, организации доставки Продукции, продвижения Исполнителем Продукции и услуг, осуществления рассылки рекламного и информационного характера, содержащих информацию о скидках, предстоящих и действующих акциях и других мероприятиях Исполнителя, проведения электронных и sms опросов, контроля результатов маркетинговых акций, клиентской поддержки, проведение розыгрышей призов среди клиентов (Гостей), контроля удовлетворенности Гостей (Заказчиков), а также качества услуг, оказываемых Исполнителем. Гость (Заказчик) даёт согласие на передачу его персональных данных (ФИО, адрес доставки, номер телефона и иные данные (в том числе: код домофона, контактное лицо – ФИО. Получателя заказа (Продукции) и др.) в ООО «Джастфоу» (ОГРН 5157746059510, ИНН 7713407426, КПП 771301001, место нахождения: 127540, г. Москва, Дубнинская ул., д.4, корп.1) в целях получения от ООО «Джастфоу» сервиса (услуги) по доставке Продукции, информированию о ходе доставки заказа (Продукции), формированию информационного сообщения в адрес Гостя (Заказчика) о ходе и времени доставки заказа (Продукции).  
Под обработкой персональных данных понимается любое действие (операция) или совокупность действий (операций), совершаемых с использованием средств автоматизации или без использования таких средств с персональными данными, включая сбор, запись, копирование, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение) извлечение, использование, передачу (в том числе передачу третьим лицам, не исключая трансграничную передачу, если необходимость в ней возникла в ходе исполнения обязательств), обезличивание, блокирование, удаление, уничтожение персональных данных.  
Срок обработки персональных данных составляет период существования ООО «Верба»/ООО «ВербаМед». До истечения срока обработки персональных данных ООО «Верба»/ООО «ВербаМед» вправе произвести автоматическое обезличивание персональных данных субъекта персональных данных, а именно действия, в результате которых невозможно определить принадлежность персональных данных конкретному субъекту персональных данных. При этом данные сохраняются для поддержания бизнес-процессов ООО «Верба»/ООО «ВербаМед», в том числе для анализа и статистики деятельности. К таким данным относятся, включая, но, не ограничиваясь: данные о времени и количестве, оплате услуг, продукции. Перечисленные данные хранятся в информационной системе ООО «Верба»/ООО «ВербаМед» до момента прекращения деятельности ООО «Верба»/ООО «ВербаМед», при этом могут быть уничтожены ООО «Верба»/ООО «ВербаМед» в любой момент времени без уведомления Субъекта персональных данных. В порядке, предусмотренном действующим законодательством РФ, согласие может быть отозвано субъектом персональных данных путем письменного обращения к оператору, получающему согласие субъекта персональных данных. Гость (Заказчик) согласен с тем, что его письменному требованию уведомление об уничтожении персональных данных будет вручаться ему (его представителю) по месту нахождения ООО «Верба».

<b>ГОСТЬ (ЗАКАЗЧИК):</b> Подпись _____	<b>Ф.И.О.</b> _____
---	------------------------

подтверждаю своё согласие с условиями Анкеты-заказа: