



Planes de asesoría nutricional

@CONMARIABONITA



MODALIDAD DE ASESORAMIENTO | online

Personalizados

Menú de recetas paso a paso
(Alimentos porcionados en gramos)

**Adaptabilidad a gustos y
restricciones alimentarias**

Postres saludables

Asesoramiento vía whatsapp
Plan personalizado

Chequeo mensual

**Tips de preparación estilo
meal prep**

Lista de compras de mercado

Tabla de equivalencias



\$40

MODALIDAD DE ASESORAMIENTO | online

Semi-personalizados

Plan de alimentacion personalizado

Opciones de snacks saludables

**Proteínas, lípidos y carbohidratos
a elegir**

Tabla de equivalencias

No incluye menú de recetas



\$30

métodos de Pago

El pago puede ser mediante:

Zelle

Binance

Zinli,

Transferencia

Pago móvil

Divisas en efectivo.

IMPORTANTE:

Los costos de los planes están sujetos a cambios.

Enviar los datos solicitados, adjuntando el comprobante de pago, para comenzar la ejecución del plan de alimentación.

¡empecemos tu transformación!

aclaratorias

SOBRE EL PROCESO



Contacto vía WhatsApp la tendrás contacto privado conmigo durante toda la asesoría para que aclares tus dudas



La evaluación corporal es online



Es necesario tener una cinta métrica para la evaluación



Cada plan es completamente personalizado, adaptándose a gustos e intolerancias. El plan incluye todas las recetas escritas paso a paso con las porciones adecuadas a tus requerimientos y objetivos: Pérdida de grasa, aumento de masa muscular, mejora de hábitos alimenticios o recomposición corporal.