

Domyślna dieta	Domyślny wariant	Domyślna Kaloryczność
Ketogeniczna (150)	posiłki KETO (150)	1200 (46)
		1500 (68)
		2000 (24)
		2500 (6)
		3000 (6)
Vegan (20)	5 posiłków (20)	1200 (9)
		1800 (5)
		2000 (6)
Detox MIX (39)	Detox MIX (39)	DetoxMIX P (33)
		DetoxMIX SF II (2)
		DetoxMIX SF III (4)
PRESIRT VEGAN 800 kcal (40)	PRE SIRT - etap wprowadzający (40)	800 kcal (40)
Sirtfood Klasyczna - Dieta Adele (192)	Etap I (89)	1200 (89)
	Etap II (84)	1200 (84)
	Etap III (19)	1500 (19)
Sirtfood Wege+Ryba - Dieta Adele (64)	Etap I (25)	1200 (25)
	Etap II (25)	1200 (25)
	Etap III (14)	1500 (14)
Jesz, co chcesz (79)	5 posiłków (79)	1200 (24)
		1500 (25)
		1800 (15)
		2000 (15)
Intermittent Fasting (IF) (48)	4 posiłki (48)	1200 (24)
		1500 (11)
		1800 (13)
Intermittent fasting WEGE+RYBA (IF) (26)	4 posiłki (26)	1200 (12)
		1500 (12)
		1800 (2)
Autorska (74)	7 posiłków (74)	1200 (33)
		1500 (22)
		1800 (12)
		2000 (7)
Autorska Wege+Ryba (28)	7 posiłków (28)	1200 (14)
		1500 (8)
		1800 (4)
		2000 (2)
Zupowa (28)	6 posiłków (28)	1200 (28)
Klasyk (95)	5 posiłków (95)	1200 (24)
		1500 (28)
		1800 (19)
		2000 (24)
Wege (17)	5 posiłków (17)	1200 (10)

Domyślna dieta	Domyślny wariant	Domyślna Kaloryczność
		1500 (5)
		1800 (1)
		2000 (1)
Wege i Ryba (32)	5 posiłków (32)	1200 (8)
		1500 (13)
		1800 (3)
		2000 (8)
Low Carb / niskie IG (107)	Low carb 5 posiłków (107)	1200 (44)
		1500 (37)
		1800 (17)
		2000 (9)
Hashimoto (56)	5 posiłków (56)	1200 (26)
		1500 (19)
		1800 (8)
		2000 (3)
Dieta Bezlaktozowa (2)	5 posiłków (2)	1500 (1)
		1800 (1)
Dieta Bezglutenowa (29)	5 posiłków (29)	1200 (6)
		1500 (12)
		1800 (7)
		2000 (4)
Detox (76)	5 posiłków (76)	1000 (76)
Sport (16)	6 posiłków (16)	2500 (9)
		3000 (7)
Sokowa (20)	5 posiłków (20)	800 (20)
Happy Office (29)	3 posiłki (29)	800 (29)
SUM (1267)	SUM (1267)	SUM (1267)