

Fecha: 14-09-2025

Laura Reyna Rosas

DESAYUNO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Multivitamínico One Per Day de Life Extension   Apoyo para la función Inmunológica y Cardiovascular</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 tableta al día junto con el desayuno. Ideal para reforzar inmunidad, energía, salud ósea y antioxidante en una sola toma diaria.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Cubrir requerimientos diarios de micronutrientes y apoyar funciones metabólicas clave</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Mega D-3 5000 IU y MK-7 180 mcg, Vitaminas D-3 y K-2 de NOW Foods</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula al día junto con el almuerzo. Ideal para adultos con deficiencia de D o riesgo óseo</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyar la salud ósea, cardiovascular y la absorción de calcio</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Extracto Doble Fuerza de Cardo Mariano 300 mg, Silimarina 240 mg de NOW Foods</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula al día junto con la cena. Ideal para protocolos nocturnos de depuración.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyar la desintoxicación hepática y la salud digestiva</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div></div> <div><div>OBJETIVO</div></div>