

Fecha: 12-07-2025

Cyntia MENDOZA VILCHIS

DESAYUNO	<div>SUPLEMENTO</div> <div>Vitamina D3, Life Extension, 125 mcg (5000 IU), cápsulas blandas, 60 cápsulas</div>	<div>RECOMENDACION</div> <div>Tomar 1 cápsula al día junto con alimentos grasos. Se toma por la mañana con comida para facilitar la absorción liposoluble.</div>
		<div>OBJETIVO</div> <div>Apoyo a la densidad ósea y sistema inmunológico.</div>
DESAYUNO	<div>SUPLEMENTO</div> <div>Myo & D-Chiro Inositol, Eternal Nutrition, 2020 mg por dosis, 300 cápsulas</div>	<div>RECOMENDACION</div> <div>Tomar 2 cápsulas al día. Se toma en la mañana para favorecer la regulación hormonal desde el inicio del día.</div>
		<div>OBJETIVO</div> <div>Apoyo hormonal y del metabolismo de carbohidratos.</div>
ALMUERZO	<div>SUPLEMENTO</div> <div>Women’s Daily Fermented Vitamins & Ancient Minerals, Eternal Nutrition, 1545 mg por dosis, 200 cápsulas</div>	<div>RECOMENDACION</div> <div>Tomar 2 cápsulas al día con alimentos. Se toma a mediodía para complementar la alimentación principal del día.</div>
		<div>OBJETIVO</div> <div>Aporte completo de vitaminas, minerales y probióticos para mujeres.</div>
	<div>SUPLEMENTO</div>	<div>RECOMENDACION</div>
		<div>OBJETIVO</div>