

Link do produktu: <https://angelikapioro.pl/lunch-box-do-pracy-i-szkoly-ebook-p-284.html>



Lunch Box do pracy i szkoły - ebook

Cena	65,90 zł
Dostępność	Dostępny
Czas wysyłki	3 dni
Numer katalogowy	ebook-lunch-box
Producent	AP Fitness Angelika Pióro

Opis produktu

E-book „Lunch Box” - zdrowe, szybkie i praktyczne posiłki do pracy i szkoły

„**Lunch Box**” to praktyczny e-book pełen inspirujących przepisów, który pomoże Ci przygotowywać smaczne, zdrowe i sycące posiłki do pracy, szkoły lub na uczelnię. Dzięki niemu codzienne planowanie jedzenia stanie się prostsze, szybsze i bardziej ekonomiczne.

To idealna propozycja dla osób, które chcą odżywiać się świadomie, oszczędzać czas oraz unikać przypadkowych, często mniej wartościowych posiłków kupowanych na mieście.

Co znajdziesz w e-booku?

- proste i szybkie przepisy na lunch boxy,
- dokładne listy składników do każdego przepisu,
- pomysły na pełnowartościowe posiłki do pracy i szkoły,
- dania dla osób jedzących mięso oraz propozycje wegetariańskie,
- praktyczne wskazówki dotyczące przechowywania żywności,
- porady dotyczące planowania tygodniowego menu,
- indeks produktów ułatwiający wykorzystanie składników bez marnowania żywności.

eBOOK



Angelika Pióro

LunchBox

DO SZKOŁY DO PRACY

Smaczne, zdrowe i zbilansowane posiłki dla całej Twojej rodziny, które zabierzesz do pracy lub do szkoły.



Smaczne i zdrowe



Dla całej rodziny



Na szkołę i do pracy



Oszczędność czasu

Zdrowe posiłki zawsze pod ręką!



Każdy przepis został opracowany tak, aby był łatwy do przygotowania nawet dla osób, które nie mają dużego doświadczenia w kuchni. Większość dań dostarcza około 500 kcal oraz 25-30 g białka, dzięki czemu posiłki są sycące i odpowiednio zbilansowane.

Dlaczego warto wybrać e-book „Lunch Box”?

- oszczędzasz czas podczas codziennego przygotowywania posiłków,
- ograniczasz wydatki na jedzenie poza domem,
- łatwiej planujesz zakupy i wykorzystujesz produkty do końca,
- masz pełną kontrolę nad składnikami swoich posiłków,
- wprowadzasz do swojej diety więcej różnorodności i wartości odżywczych.

Dla kogo jest ten e-book?

- ✓ dla rodziców przygotowujących posiłki dla dzieci,
- ✓ dla osób pracujących i zabieganych,
- ✓ dla studentów,
- ✓ dla osób dbających o zdrową dietę,
- ✓ dla osób na dietach specjalnych,

✓ dla wszystkich, którzy chcą jeść smacznie, zdrowo i oszczędnie.

Dodatkowo znajdziesz w e-booku:

- praktyczne porady dotyczące komponowania zdrowych lunch boxów,
- wskazówki dotyczące przechowywania posiłków,
- inspiracje na zdrowe przekąski,
- rozwiązania pomagające ograniczyć marnowanie żywności,
- pomysły na organizację przygotowywania posiłków z wyprzedzeniem.

Forma produktu:

- e-book PDF,
- natychmiastowy dostęp po zakupie,
- możliwość korzystania na telefonie, tablecie i komputerze.

„**Lunch Box**” to nie tylko zbiór przepisów, ale również praktyczny przewodnik, który pomoże Ci lepiej organizować codzienne posiłki, oszczędzać czas i pieniądze oraz cieszyć się zdrowym jedzeniem każdego dnia.