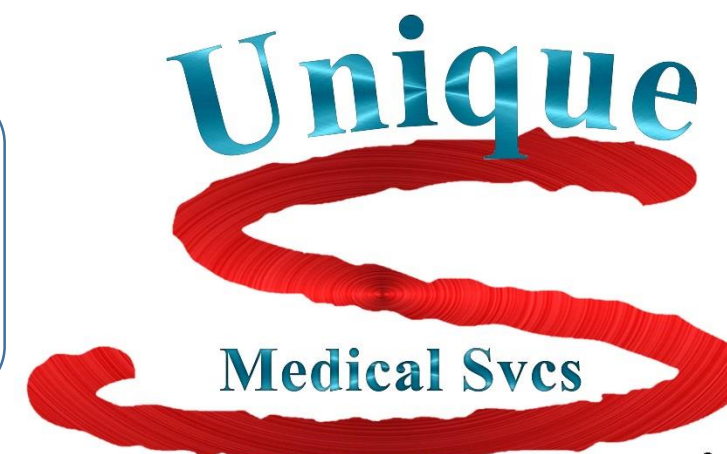


CERO CARBOHIDRATOS FASE I



UniqueSMedicalSvcs.com

(832) 821-5677 (LOSS)

TIPS

Visite

Nuestra pagina para recetas deliciosas

CARNE (Cualquier Tipo)

Res/Chivo/Cabruto

Puerco (Tocino, Chicharron, Chuleta, Chorizo)

Viscera (Higado, Molleja, Buche, Menudo)

Aves (Pavo, Pato, Pollo, Gallina, Codorniz)

Mariscos (Camaron, Atun, Salmon, Crawfish)

Huevos

Queso

Queso Natural (sin sabores o ingredientes agregados)

Los quesos duros tienen menos carbohidratos; los blandos tienen mas

Cheddar, Muenster, Parmesan, Colby, Mozzarella, Gouda, Oaxaca, Fresco, Swiss, Provolone, String Cheese, Macarppone

Lacteos

Mantequilla

Crema Batida (SIN AZUCAR)

Crema Para Batir

Bebidas

Agua

Agua Mineral

Te

Cafe

Refresco de Dieta

Sabores para agua SIN AZUCAR

Seasoning

Salt & Pepper

Vinegar

Ground Cinnamon

Most Hot Sauces

Pre-Mixed Seasoning (Check carbs)

Yellow Mustard

Mayonaise

Chives



Use Stevia, Splenda®, Equal®, Sweet'N Low® para endulzar

Chicharrones son un buen aperitivo

Gelatina SIN Azucar

Visite

uniquesnutrition.com

Para productos SLIM®, vitaminas, suplementos y varios otros productos que promueven perdida de peso y aumentan energia

Visite waldenfarms.com/recipes para recetas

Visite myfitnesspal.com para recetas y opciones ZERO o BAJO Carbohidratos

Visite simplegirl.com y utilice el descuento :UNIQUE5 para condimentos ZERO/BAJO Carbohidratos

Visite uniquesmedicalsvcs.com para recetas y tips ZERO CARBOHIDRATOS