



MS-PROGRAMM

Fit und vital

SOMMERROLLEN HÄHNCHEN

Reispapier, Glasnudeln, Hähnchenbrust, Wildkräutersalat,
Gurke, Karotte & Erdnusdip
19,50 €

Eiweiß:
27,47g

Energie (in kj/kcal)	Fett (in g)	davon gesättigte Fettsäuren (in g)	Kohlenhydrate (in g)	davon Zucker (in g)	Salz (in g)
1816,99/437,96	29,57	6,92	11,99	4,3	2,3

ZOODLES BOLOGNESE

Zucchininudeln, Rindertatar, Tomatensoße
23,50 €

Eiweiß:
58,86g

Energie (in kj/kcal)	Fett (in g)	davon gesättigte Fettsäuren (in g)	Kohlenhydrate (in g)	davon Zucker (in g)	Salz (in g)
1640,00/390,5	10,78	4,52	12,74	10,86	0,81g

Eine gesunde Ernährung liegt uns am Herzen. Diesbezüglich haben wir eine Kooperation mit dem MS-Programm gestartet und gemeinsam eine eigene kleine Speisekarte entworfen. Diese oberen drei Gerichte sind ideal um Geschmack, Sport und Vitalität zu verbinden. Egal ob du Muskulatur aufbauen oder deinen Körperfettanteil reduzieren möchtest:

Durch den hohen Eiweißanteil und den sehr guten Nährstoffwerten eignen sie sich optimal für eine sportlich orientierte Ernährung mit besonders viel Energie.

Das Siedehaus & das MS-Programm wünschen guten Appetit!

bei Fragen zu Allergieauslösenden Inhaltsstoffen, reichen wir gerne eine separate Karte

ONLINE COACHING - ERNÄHRUNGSBERATUNG - PERSONAL TRAINING

GROSSE STRASSE 20 - 49201 DISSEN A.T.W.

INFO@MS-PROGRAMM.DE - 0176 617 189 93 - WWW.MS-PROGRAMM.DE