

La Mesa Verde

Programa de Jugo de Limpieza -
para limpiar del organismo

Jugo De Limpieza

Nuestro jugo de limpieza se basa libremente en la popular jugo cleanse en el USA se llama "Blue Print". Una limpieza de jugo es cuando tu no comes, y bebe nada mas que jugos naturales por 3-5 días son ricos en nutrientes y vitaminas.

Una limpieza de jugo hará lo siguiente:

- 🍃 Eliminar toxinas
- 🍃 Mejora la digestión
- 🍃 Descansa órganos como el hígado
- 🍃 Llena su cuerpo con super nutrición
- 🍃 Comienza la pérdida de peso
- 🍃 Después de la limpieza su apetito se reduce
- 🍃 Mejora la energía
- 🍃 Rehidrata el cuerpo

Nuestro Programa de Jugo de Limpieza

Nuestro programa está destinado a eliminar la molestia de tratar de averiguar cuáles son los ingredientes que necesitará para sus jugos, recetas y el gasto de tiempo que compran los ingredientes frescos y la preparación de los jugos.

Nuestro programa hace una limpieza de jugo de fácil e incluye una calendar para planificar sus comidas y aperitivos, un resumen de los tipos de jugos puede incluir en su programa, cuando se puede beber de ellos - al igual que todos sus jugos. Una vez ordenados, los jugos se pueden recuperar en La Mesa Verde en aprox. 3 días.

- Cada programa incluye 5 jugos diarios - 3 zumos de comidas y 2 jugos de meriendas
- Usted puede elegir sus jugos de nuestro menú de jugos disponibles

Precios

3 DIAS PROGRAMA DE LIMPIEZA

- Incluye: calendario, tipos de jugo, y 15 jugos.
- Programa cuesta: \$2,500RD / \$ 58.00 USD

5 DIAS DE LIMPIEZA

- Incluye: calendario, tipos de jugo y 25 jugos.
- Programa cuesta: \$4,000RD / \$93.00 USD



Para programar su "limpieza de jugo de" enviar un correo electrónico a o llame al 829-779-4843 sosuarestaurant@gmail.com para hacer una cita con Courtney.

Para Planificar su Jugo de Limpieza

Enviar un correo electrónico a sosuarestaurant@gmail.com or call 829-779-4843 para hacer una cita con Courtney.

VISITA LA MESA VERDE

Dr. Alejo Martínez, Plaza Villa Carolina - 3 Bloques de Casa Marina (dirección de la playa), a través de la calle de Infiniti Azul, en un teal plaza verde con el Mini Market Latino y gran letrero de Presiente

Jugos JUGOS DE COMIDAS...

Jugo Verde

LECHUGA ROMANA, PEPINO, APIO, MANZANA, PEREJIL Y LIMON



Nutrición

Calorias por porcion: 205

Valor por dia: 10%

Grasa	2g	Vitaminas	
- Grasa Saturada	0g	A	2915IU
Carbohidratos	50g	C	0mg
-Fibra	15g	B1	0mg
-Azucar	28g	B2	2mg
Proteina	7g	B3	0mg
Sodio	103mg	B6	0mg
Calcio	206mg	B9	500ug
Magnesio	93mg	E	1mg
Potasio	1560mg	K	619ug
Hierro	5mg	Acidos grasos	0g
Zinco	1mg		

Jugo de Pina y Menta

PINA, MANZANA Y MENTA



Nutrición

Calorias por porcion: 331

Valor por día: 17%

Grasa	1g	Vitaminas	
- Grasa Saturada	0g	A	1285IU
Carbohidratos	86g	C	228mg
-Fibra	12g	B1	0mg
-Azucar	63g	B2	0mg
Proteina	4g	B3	3mg
Sodio	13mg	B6	1mg
Calcio	115mg	B9	111ug
Magnesio	78mg	E	0mg
Potasio	792mg	K	7ug
Hierro	4mg	Acidos grasas	0g
Zinco	1mg		

Cóctel Mezcla de la Fruta

PAPAYA, RAIZ DE JENGIBRE, KIWI Y LECHE DE COCO



Nutrición

Calorias por porcion: 929

Valor por dia: 46%

Grasa	27g	Vitaminas	
- Grasa Saturada	22g	A	7847IU
Carbohidratos	184g	C	844mg
-Fibra	25g	B1	1mg
-Azucar	130g	B2	0mg
Proteína	10g	B3	7mg
Sodio	88mg	B6	1mg
Calcio	285mg	B9	438ug
Magnesio	310mg	E	4mg
Potasio	2638mg	K	53ug
Hierro	8mg	Acidos grasos	2g
Zinco	2mg		

Jugo de Remolacha Blackberry

REMOLACHAS, MORAS, MANZANA Y JENGIBRE RAIZ



Nutrición

Calorias por porcion: 377

Valor por dia: 19%

Grasa	2g	Vitamins / Vitaminas	
- Grasa Saturada	0g	A	606IU
Carbohidratos	94g	C	57mg
-Fibra	22g	B1	0mg
-Azucar	66g	B2	0mg
Proteina	6g	B3	2mg
Sodio	123mg	B6	0mg
Calcio	95mg	B9	171ug
Magnesio	93mg	E	3mg
Potasio	124mg	K	39ug
Hierro	3mg	Fatty acids / Acidos grasos	1g
Zinco	2mg		

Jugo de Pera y Pina

PERA, PINA, UVA Y LIMON



Nutrición

Calorias por porcion: 773

Valor por día: 39%

Grasa	2g	Vitamins / Vitaminas	
- Grasa Saturada	0g	A	528IU
Carbohidratos	204g	C	252mg
-Fibra	30g	B1	0mg
-Azucar	138g	B2	0mg
Proteína	7g	B3	4mg
Sodio	16mg	B6	1mg
Calcio	158mg	B9	157ug
Magnesio	133mg	E	1mg
Potasio	1846mg	K	57ug
Hierro	6mg	Fatty acids / Acidos grasos	0g
Zinco	2mg		

Jugos JUGOS DE APERTIVO

Jugo de Limon Picante



Nutrición

Calorias por porcion: 113

Valor por dia: 6%

Grasa	1g	Vitamins / Vitaminas	
- Grasa Saturada	0g	A	413IU
Carbohidratos	33g	C	93mg
-Fibra	6g	B1	0mg
-Azucar	19g	B2	0mg
Proteina	2g	B3	0mg
Sodio	4mg	B6	0mg
Calcio	47mg	B9	20ug
Magnesio	15mg	E	1mg
Potasio	258mg	K	1ug
Hierro	2mg	Fatty acids / Acidos grasos	0g
Zinco	0mg		

Jugo de Fruta Picante

FRAISE, RASBERRY, CAYENNE Y CILANTRO



Nutrición

Calorias por porcion: 158

Valor por día: 8%

Grasa	2g	Vitamins / Vitaminas	
- Grasa Saturada	0g	A	615IU
Carbohidratos	37g	C	204mg
-Fibra	14g	B1	0mg
-Azucar	20g	B2	0mg
Proteina	4g	B3	2mg
Sodio	8mg	B6	0mg
Calcio	82mg	B9	100ug
Magnesio	67mg	E	2mg
Potasio	668mg	K	41ug
Hierro	2mg	Fatty acids / Acidos grasos	1g
Zinco	1mg		

Jugo de Tomate

TOMATE, BASIL, LIMON, ZANOHARIA Y OREANO



Nutrición

Calorias por porcion: 197

Valor por día: 10%

Grasa	2g	Vitamins / Vitaminas	
- Grasa Saturada	0g	A	25166IU
Carbohidratos	46g	C	108mg
-Fibra	17g	B1	0mg
-Azucar	21g	B2	0mg
Proteina	8g	B3	5mg
Sodio	141mg	B6	1mg
Calcio	324mg	B9	148ug
Megnesio	114mg	E	6mg
Potasio	1902mg	K	164ug
Hierro	7mg	Fatty acids / Acidos grasos	1g
Zinco	2mg		

Jugo de remolacha Ginger

MANZANA, REMOLACHA, LIMON, RAICES Y ZANAHORIAS JENGIBRE



Nutricion

Calorias por porcion: 220

Valor por día: 11%

Grasa	1g	Vitamins / Vitaminas	
- Grasa Saturada	0g	A	3070IU
Carbohidratos	56g	C	52mg
-Fibra	12g	B1	0mg
-Azucar	33g	B2	0mg
Proteina	4g	B3	2mg
Sodio	170mg	B6	0mg
Calcio	97mg	B9	88ug
Magnesio	54mg	E	2mg
Potasio	1075mg	K	28ug
Hierro	2mg	Fatty acids / Acidos grasos	0g
Zinco	1mg		