

## **Egyéni főzőórák – 120 percben**

- melynek során az étkezési ajánlásnak megfelelően, egy komplett makrobiotikus menüt (leves vagy előétel, főétel és desszert) álltunk össze és készítünk el együtt 120 percben,
  - közben a nőgyógyászati étkezési ajánlásokat is átbeszéljük betegség típusnak megfelelően,
- Az elkészített menü az óra végén elfogyasztható, vagy elvihető.

120 perces egyéni főzőóra díja: 16.000,- Ft  
2 fő esetén az óradíj 12.000,- Ft/fő/120 perc

- az alapanyagokat biztosítom, ennek díja kb. + 4.000,- Ft.

Jelentkezni lehet:

Németh Tünde: 06/30-3544-126  
[arwentorna@gmail.com](mailto:arwentorna@gmail.com)