

# A dieta senza cucinare

## Il pasto già pronto direttamente in tavola

■ L'estate è alle porte e volete smaltire qualche chilo di troppo? Un'idea è il servizio *Diet to go*, la dieta a domicilio che ogni giorno recapita sulla vostra tavola piatti a basso contenuto calorico preparati con ingredienti tradizionali. Abbonandovi al programma riceverete, dal lunedì al giovedì, una borsa termica contenente colazione, pranzo, cena e un piccolo spuntino. L'idea arriva dall'America e per il momento sono 15 i clienti che hanno scelto il menu A.s.i. (appetitoso, sa-

ziente, ipocalorico). Il costo, non per tutti, è di 155 euro per la prima settimana e di 170 euro per le successive. Il pacchetto minimo dura due settimane ed è differenziato in base al sesso: 1.200 kcal per le donne e 1.500 per gli uomini. Si possono scegliere anche il menu vegetariano o la **dieta Zona to go**. Per provare la *Diet to go* basta contattare il numero 199 151 105 oppure visitare il sito [www.diet-to-go.com](http://www.diet-to-go.com). (E.M.)



www.ecostampa.it

