

< マナ酵素の飲み方 >

日頃より弊社をご利用いただきまして、誠にありがとうございます。

「マナ酵素」は60種類以上の果物と野菜、50種類の純植物性乳酸菌・酵母を発酵熟成させた原液100%の酵素飲料です。

飲み方・・・基本的にいつ飲んでも構いません。目安として以下の分量をご提案しております。

● **毎日の栄養補給として** → 1日20ml～30ml（目安）

● **半日（朝食抜き）ファスティング**

朝食の代わりに「マナ酵素」約20ml（約43.4Kcal）+良質な水又はレイボスティPonoを2ℓ程度飲んで下さい。（マナ酵素1本で約25日分）お食事は12:00～20:00の間どうぞ。

● **1日（週末）ファスティング**

朝食・昼食・夕食・就寝前に「マナ酵素」をそれぞれ80ml（一日あたり320cc約694.4Kcal）+良質な水又はレイボスティPonoを2ℓ程度飲む。これだけで1日を過ごして下さい。



● **3日間ファスティング**

「マナ酵素」を1日に6～7回に分けてお飲み下さい。（一日当たり320cc 約694.4Kcal）+良質な水又はレイボスティPonoを2ℓ程度飲む。これだけで3日間を過ごして下さい。

● **ファスティング前と復食期終了後に「有機亜麻仁油」やファスティングチャージ**

「アミノマキア」は特にお勧めいたします。



● **酵素やビタミン・ミネラルが壊れやすくなりますので、熱いお湯では薄めないで下さい。**

● **毎日の栄養補給以外はなるべく前日の夜8時までには、軽めの夕食を終わらせて下さい。**

酵素医療・鶴見クリニック院長推奨商品

20種類のアミノ酸配合ファスティングチャージ『アミノマキア』（8,820円（税込）/30包入）