



## Dieta Dukana

Czy znasz zasady diety Dukana?

Poziom trudności: Średni

1. Z ilu faz składa się dieta Dukana?

- A - 2
  - B - 3
  - C - 4
  - D - 5
- 

2. Inna nazwa diety Dukana to:

.....

---

3. Czy w "fazie ataku" można jeść żółty ser?

- A - tak
  - B - nie
- 

4. W której fazie można sobie pozwolić na lody?

- A - 1
  - B - 2
  - C - 3
- 

5. Codziennie trzeba spożywać 3 łyżki stołowe otrąb. Jakich?

.....

---



## Dieta Dukana

Czy znasz zasady diety Dukana?

Poziom trudności: Średni

### Karta odpowiedzi

1. C
2. protal
3. B
4. C
5. owsianych