



Dieta 3D Chili

Prosta i smaczna dieta

Poziom trudności: Średni

1. Podstawą diety 3D Chili są:

- A - przyprawy
 - B - soki
 - C - czerwone warzywa
-

2. Dieta 3D Chili nie nadaje się dla osób:

- A - z problemami żołądkowymi
 - B - z problemami skórnymi
 - C - obie odpowiedzi są prawidłowe
-

3. Przyprawy w diecie 3D Chili dzielimy na:

- A - czerwone, żółte, zielone
 - B - słone, gorzkie, ostre
 - C - poranne, południowe, wieczorne
-

4. Czy w diecie 3D Chili można jeść nabiał?

- A - tak
 - B - nie
-

5. Czy dieta 3D Chili jest wegetariańska?

- A - tak
 - B - nie
-

6. Czy czekolada jest dozwolona?

- A - tak, bez ograniczeń
 - B - tak, w ograniczonych ilościach
 - C - nie
-



7. Ile trwa dieta 3D Chili?

- A - 28 dni
 - B - 30 dni
 - C - 60 dni
 - D - 14 dni
-

8. Czy spożycie makaronu i ryżu jest dozwolone?

- A - tak
 - B - nie
-

9. Tymianek:

- A - wspomaga pracę jelit
 - B - rozgrzewa
 - C - hamuje apetyt
-

10. Curry:

- A - rozgrzewa
 - B - przyspiesza metabolizm
 - C - obie odpowiedzi są prawidłowe
-



Dieta 3D Chili

Prosta i smaczna dieta

Poziom trudności: Średni

Karta odpowiedzi

1. A
2. C
3. A
4. A
5. B
6. B
7. A
8. A
9. A
10. C