

# JE MANGE je me soigne

Guide culinaire thérapeutique

**+ de 250 recettes hypoprotidiques  
pour en finir avec la monotonie du régime !**



15€ l'exemplaire

**Gratuit\* pour le patient**

L'analyse nutritionnelle détaillée de chaque recette permet l'utilisation de ce guide quelque soit le mode de gestion du régime hypoprotidique.



Pour 1 portion

Kcal	Prot	Phe	Val	Leu	Met	Arg	Lys	
60	parts	1	4	4	2½	3½	4	7
	g/mg	2	80	95	125	35	95	180

**1** Nettoyer puis peser les champignons ; les laisser entiers s'ils sont petits, sinon les couper en morceaux réguliers.

**2** Dans une casserole, verser tous les ingrédients de la marinade. Ajouter 200 ml (un verre) d'eau.

\*Frais de port à votre charge

**Prix de l'ouvrage : 15 € TTC (dont TVA 5,5%)**



## FRAIS DE PORT

Destination	Nombre d'exemplaire(s)					
	1	2	3 ou 4	5	6	7 ou 8
France	11,40 €	15,00 €	18,60 €	22,20 €	25,80 €	29,40 €
Union Européenne	21,64 €	24,65 €	27,60 €	30,63 €	33,52 €	39,20 €
Reste du monde	34,68 €	50,57 €	64,72 €	80,06 €	93,56 €	129,71 €

**Pour toute commande supérieure à 8 exemplaires,  
veuillez faire une demande de devis à l'adresse suivante : [cdacosta@k-noe.fr](mailto:cdacosta@k-noe.fr)**

## JE COMMANDE

	Nombre d'exemplaire(s)	MONTANT
<b>A</b> L'exemplaire gratuit pour le patient Précisez votre Code Promo obtenu sur le site K'Noë : _ _ _ _ _	1	0,00 €
<b>B</b> Un/des exemplaire(s) supplémentaire(s) (15€/exemplaire)	.....	..... €
<b>frais d'expédition</b> <b>A</b> + <b>B</b>	.....	..... €
Établir votre règlement à l'ordre de : Un K'Noë dans les Cloups		<b>Total à régler</b> .....

**Ex : 1 exemplaire gratuit + 1 exemplaire supplémentaire = 30€** (15€ d'exemplaire supplémentaire + 15€ de frais de port)

## BON DE COMMANDE

Mme     Melle     M.     Dr

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

..... Ville : ..... CP : .....

Tél. : ..... Fax : ..... E.mail : .....

**Merci de retourner ce bon de commande, accompagné du règlement par chèque, à l'ordre de :**

Un K'Noë dans les Cloups  
15 rue Carnot  
94270 Le Kremlin-Bicêtre

À réception, votre commande vous sera expédiée, dans la limite des stocks disponibles, sous un délai de 15 jours.

Pour tout renseignement concernant le suivi de votre commande ou pour toute demande supplémentaire, veuillez contacter Célia Da Costa, par mail : [cdacosta@k-noe.fr](mailto:cdacosta@k-noe.fr)

