

JAHODY

- posilují kosti, vlasy, kůži a podporují růst buněk
- zvyšují sexuální touhu - libido
- odvodňují a snižují krevní tlak
- zbavují střeva jedovatých látek

MALINY

- pomáhají při zrakové únavě, šerosleposti a očních onemocněních
- dodávají vlasům lesk a zesilují je
- mírní obtíže ledvin a močového měchýře
- pomáhají při silném krvácení během menstruace

BORŮVKY

- snižují hladinu cholesterolu a tuků v krvi
- chrání tělesné buňky proti volným radikálům
- pomáhají při průjimech a střevních onemocněních
- podporují úsilí o snižování váhy

ČERNÝ RYBÍZ

- podporuje funkci srdce a činnost svalů
- uklidňuje nervy a zlepšuje náladu
- chrání sliznice
- posiluje imunitní systém a tvorbu hormonů

BRUSINKY

- působí protivirově
- podporují snižování hladiny krevního cukru
- čistí močové cesty, vyplavují z nich škodlivé látky a bakterie
- mají vynikající účinky v boji proti rakovině, infarktu a chorobám srdce

MRKEV

- zastavuje proces stárnutí a omlazuje
- podporuje růst vlasů a nehtů, zlepšuje vidění
- zvyšuje mužskou plodnost a potenci
- posiluje srdce a krevní oběh

CELER

- posiluje nervy a mozek, zmírňuje nervové poruchy
- zabíjí bakterie a plísňe v žaludku a střevech a léčí trávicí potíže
- stimuluje žaludeční sliznice ke zvýšené tvorbě žaludečních šťáv
- dodává důležité živiny pro zdravou kůži, oči a vlasy

OKURKA

- čistí střeva, působí projímavě a zbavují tělo jedovatých zplodin
- posiluje imunitní systém
- zesiluje vazivové tkáně
- mírní potíže ledvin a močového měchýře

ZÁZVOR

- je vyhlášeným afrodisiakem
- snižuje hladinu cholesterolu v krvi a játrech
- pomáhá při poruchách trávení, nadýmání a plynatosti
- zmírňuje nevolnost pomáhá při ranních nevolnostech v těhotenství

MELOUN

- podporuje imunitu a celkovou kondici
- je skvělým zdrojem karotenů a antioxidantů
- má stimulační účinek na vylučování
- je vhodnou součástí diet a zdravého stylu stravování

KOKOSOVÁ VODA

- obsahuje hodně proteinů
- funguje jako lék při zažívacích problémech
- obsahem látek se podobá kokosová voda mateřskému mléku
- je skvělým izotonickým nápojem

OSTRUŽINY

- zlepšují celkovou tělesnou kondici
- jsou vhodným doplňkem stravy při únavě a nachlazení
- doporučují se při arterioskleróze, křečových žilách
- obsahují vitamín C, vitamíny skupiny B, fosfor, železo, hořčík a vápník.

LIMETKA

- působí jako prevence arteriosklerózy
- zlepšuje funkci imunitního systému
- čistí trávicí soustavu a efektivně bojuje s infekcemi
- pomáhá při zánětech dásní, chrání před paradentózou

ČERVENÁ ŘEPA

- podporuje imunitu
- podporuje vylučování vody a kyselin z těla
- zpevňuje kůži a zesiluje stěny cév
- vyvolává optimističtější náladu našim očím

KIWI

- pomáhá proti únavě a zlepšuje soustředění
- pomáhá redukovat hladinu tuků v krvi
- má preventivní vliv proti civilizačním chorobám
- obsahuje lutein a zeaxantin – antioxidanty, které pomáhají nejen našim očím

AVOKÁDO

- má skvělý vliv na mozek, zvyšuje vaši koncentraci
- prospívá játrům a pomáhá jim vyrovnat se s příjmem alkoholu
- je považováno za jeden z nejvyšších plodů vůbec
- obsahuje velké množství zdravých nenasycených tuků

SPIRULINA

- je řazena mezi potraviny s nejvyšším obsahem bílkovin
- obsahuje minerály, stopové minerály, buněčné soli, rostlinné živiny a enzymy
- má pozitivní účinky na ledvinová onemocnění
- zvyšuje obranyschopnost či přispívá k rychlejšímu hojení ran

MÁTA

- tlumí a odstraňuje křeče, zvláště v trávicím traktu
- působí dezinfekčně a zmírňuje nadýmání
- povzbuzuje vylučování trávicích šťáv, zejména žluči
- používá se na podporu chuti k jídlu a trávení

ALOE-VERA

- chrání játra před poškozením
- má významné detoxikační účinky, pomáhá při detoxikaci jater a organismu
- pomáhá při vysokém krevním tlaku
- je spojencem v boji o krásnou kůži a zdravé vlasy

MLADÝ JEČMEN

- příznivě působí na jemnou detoxikaci organismu
- díky antioxidantnímu působení zpomaluje stárnutí buněk
- dlouhodobě vylepšuje psychiku
- snižuje riziko rakoviny i jiných civilizačních chorob

ŽENŠEN

- zlepšuje koncentraci, paměť, duševní pracovní výkonnost a životní elán
- zvyšuje fyzickou a sportovní výkonnost
- snižuje hladinu cholesterolu a triglyceridů
- výrazně zpomaluje stárnutí tkání a stimuluje imunitní funkce

ECHINACEA

- zabíjí bakterie a viry, redukuje alergie
- má výrazné protivirové a bakteriostatické účinky
- je vhodná k léčbě kataru horních cest dýchacích
- má vliv na zvyšování imunity organismu

GUARANA

- zajišťuje celkovou regeneraci a revitalizaci organismu
- zmírní bolestivé stavy a má pozitivní efekt na potenci
- je vhodná pro studenty, manažery a řidiče
- dlouhodobé podávání prodlužuje věk

JOGURT

- je důležitou součástí zdravé výživy
- pomáhá udržovat zdravé zažívání
- je dobrým zdrojem vápníku
- pomáhá udržovat zdravé a bezproblémové fungování střev

MACA

- působí proti duševní vyčerpanosti, stresu, posiluje psychickou odolnost
- posiluje a omlazuje organismus
- zabraňuje předčasnému stárnutí a fyzické slabosti
- zvyšuje sílu a vytrvalost

CHLORELLA

- obsahuje širokou škálu minerálů, vitamínů, aminokyselin, chlorofyl a antioxidanty
- má pozitivní vliv na celkovou obranyschopnost lidského těla
- podporuje regeneraci tkání, především dělení a růst buněk
- posiluje schopnost likvidovat cizorodé bakterie

ACAI BERRY

- přispívá ke snížení nadměrné tělesné hmotnosti
- plody palmy acai jsou dobře známé jako vynikající zdroj energie
- zabraňují srážení krve a zároveň také uvolňují ucpávající se krevní cévy
- kombinace nasyčených mastných kyselin přispívá k lepšímu spalování tuků

GOJI - KUSTOVNICE ČÍNSKÁ

- působí jako prevence proti degeneraci nervové soustavy
- snižuje hladinu cholesterolu a cukru v krvi, pomáhá při cukrovce
- zbavuje nespavosti a zlepšuje kvalitu spánku
- udržuje svěží a pružnou pleť

KONOPNÝ PROTEIN

- obsahuje optimální množství omega-3 a omega-6 nenasycených mastných kyselin
- přispívá k pročištění organismu a posílení celého imunitního systému
- je vhodným doplňkem při redukčních dietách nebo detoxikacích
- podpruje imunitní systém a posiluje tělo

ŠPENÁT

- pečuje o zdravou a pružnou kůži, hezké vlasy a nehty
- podporuje činnost svalstva a srdce
- aktivuje stavbu kostí a zpevňuje zuby
- podporuje krvetvorbu a tím pečuje o dýchání buněk



nude

FRESH & JUICY

MENU

100% Čerstvé džusy
100% Fresh juice

	300 ml	400 ml	lahev 500 ml
1 POMERANČOVÝ JUICE ORANGE JUICE	69	89	109
2 MRKVOVÝ JUICE CARROT JUICE	59	79	99
3 JABLEČNÝ JUICE APPLE JUICE	69	89	109
4 GREPOVÝ JUICE GRAPEFRUIT JUICE	69	89	109
5 ANANASOVÝ JUICE PINEAPPLE JUICE	95	115	135
6 POMERANČ + JABLKO + MRKEV ORANGE + APPLE + CARROT	69	89	109
7 MRKEV + LIMETKA + OKURKA + HRUŠKA CARROT + LIME + CUCUMBER + PEAR	69	89	109
8 ANANAS + JABLKO + POMERANČ PINEAPPLE + APPLE + ORANGE	89	109	129
9 GREP + HRUŠKA + LIMETKA GRAPEFRUIT + PEAR + LIME	69	89	109
10 ČERVENÁ ŘEPA + JABLKO + ANANAS + CITRON BEETROOT + APPLE + PINEAPPLE + LEMON	89	109	129
11 CELER + OKURKA + JABLKO + CITRON CELERY + CUCUMBER + APPLE + LEMON	69	89	109

Fresh mix

12 **VYTVORTE SI VLASTNÍ FRESH MIX**
CREATE YOUR OWN FRESH MIX

89 109 129

Ovocné koktejly Fruit Smoothies

300 ml 400 ml lahev 500 ml

13	MALINY + BORŮVKY + ČERNÝ RYBÍZ + POMERANČ RASPBERRIES + BLUEBERRIES + BLACK CURRANT + ORANGE	95	115	129
14	ANANAS + JAHODY + POMERANČ + BANÁN PINEAPPLE + STRAWBERRIES + ORANGE + BANANA	95	115	129
15	MANGO + KIWI + ANANAS + POMERANČ MANGO + KIWI + PINEAPPLE + ORANGE	95	115	129
16	BRUSINKY + OSTRUŽINY + JABLKO + ANANAS CRANBERRIES + BLACKBERRY + APPLE + PINEAPPLE	95	115	129
17	AVOKÁDO + MANGO + BANÁN + JABLKO AVOCADO + MANGO + BANANA + APPLE	95	115	129

Green smoothies

300 ml 400 ml lahev 500 ml

18	AVOKÁDO + OKURKA + CELER + JABLKO AVOCADO + CUCUMBER + CELERY + APPLE	95	115	129
19	ŠPENÁT + ANANAS + MANGO + BANÁN SPINACH + PINEAPPLE + MANGO + BANANA	95	115	129
20	KIWI + OKURKA + CITRON + JABLKO KIWI + CUCUMBER + LEMON + APPLE	95	115	129
21	ŠPENÁT + JABLKO + CITRON + BANÁN SPINACH + APPLE + LEMON + BANANA	95	115	129
22	CELER + JABLKO + ČERVENÁ ŘEPA + ANANAS + LIMETKA CELERY + APPLE + BEETROOT + PINEAPPLE + LIME	95	115	129

Smoothie mix

300 ml 400 ml lahev 500 ml

28	VYTVORTE SI VLASTNÍ SMOOTHIE MIX CREATE YOUR OWN SMOOTHIE MIX	95	115	129
----	--	----	-----	-----

Ovocné jogurtové koktejly Fruit Yogurt Smoothies

300 ml 400 ml lahev 500 ml

23	JAHODY + POMERANČ + BANÁN + JOGURT STRAWBERRIES + ORANGE + BANANA + YOGURT	95	115	129
24	BORŮVKY + JABLKO + BANÁN + JOGURT BLUEBERRIES + APPLE + BANANA + YOGURT	95	115	129
25	OSTRUŽINY + BORŮVKY + ANANAS + JOGURT BLACKBERRIES + BLUEBERRIES + PINEAPPLE + YOGURT	95	115	129
26	ČERNÝ RYBÍZ + MALINY + BORŮVKY + JABLKO + BANÁN + JOGURT BLACK CURRANT + RASPBERRIES + BLUEBERRIES + APPLE + BANANA + YOGURT	95	115	129
27	MANGO + BORŮVKY + ANANAS + JOGURT MANGO + BLUEBERRIES + PINEAPPLE + YOGURT	95	115	129

Na přání přidáváme do koktejlů med. Honey may be added on request.

Přísady Boosts

ZÁZVOR GINGER	9	CHLORELLA	25
MÁTA MINT	9	ACAI BERRY	15
ALOE VERA	29	GOJI - KUSTOVNICE ČÍNSKÁ	15
ŽENŠEN GINSENG	25	KONOPNÝ PROTEIN HEMP PROTEIN	25
GUARANA	9	DÝŇOVÁ SEMÍNKA PUMPKIN SEEDS	9
MLADÝ JEČMEN WHEAT GRASS	15	SLUNEČNICOVÁ SEMÍNKA SUNFLOWER SEEDS	9
ECHINACEA	15	KONOPNÁ SEMÍNKA HEMP SEEDS	15
CHIA	9	SEZAMOVÁ SEMÍNKA SESAME SEEDS	9
SPIRULINA	15		
MACA	25		

zdravá abeceda

POMERANČ

- dodávají životní energii
- posilují imunitní systém a krvetvorbu
- podporují soustředění
- zlepšují vzhled vlasů a posilují vazivové tkáně

GREPY

- pomáhají ke snížení váhy
- podporují produkci hormonů, posilují imunitu
- preventivně působí proti infekcím a nachlazení
- pomáhají při žilních onemocněních, křečových žilách a hemeroidech

CITRÓNY

- podporují růst buněk, omlazují a dodávají životní elán
- zbavují organismus tuků a podporují odtučňovací kúry
- stimulují tvorbu žaludečních kyselin a šťáv
- posilují krevní cévy a tepny

ANANAS

- zvyšuje stav bílkovin v těle
- ulevuje slinivce břišní
- odstraňuje pigmentové tzv. stařecké skvrny
- pomáhá při střevních poruchách a průjemch

MANGO

- působí preventivně proti infekcím a nemocem z nachlazení
- uklidňuje nervy a dodává sílu ve stresových situacích
- pomáhá při zrakové únavě a šerosleposti
- aktivuje hormony pro libido a schopnost orgasmu

BANÁNY

- uklidňují nervy a pomáhají při poruchách spánku
- snižují hladinu cholesterolu a posilují imunitní systém
- zbavují organismus jedovatých látek
- působí preventivně proti vysokému krevnímu tlaku

HRUŠKY

- upravují hospodaření vodou v těle
- napomáhají při ledvinových a močových potížích
- zmírňují trávicí potíže
- spolupůsobí při odstraňování jedovatých látek z těla

DÝŇOVÁ SEMÍNKA

- jsou výborným zdrojem hořčíku, zinku a nenasycených mastných kyselin
- podporují celkové zdraví prostaty, jsou vynikající jako prevence i léčba prostaty
- podporují zdravé srdce a jsou vhodná jako doplněk redukční diety
- zpomalují stárnutí a působí proti degenerativním procesům

SLUNEČNICOVÁ SEMÍNKA

- obsahují velké množství živin, které celkově prospívají nervové soustavě
- mají přímý dopad na zmírnění stavů deprese
- pomáhají snižovat hladinu cholesterolu v krvi a chránit srdce a cévy
- neutralizují volné radikály, čímž zpomalují proces stárnutí

KONOPNÁ SEMÍNKA

- léčí záněty a s nimi spojené chronické nemoci
- omlazují pleť a vlasy, brání vysušení pokožky včetně lámání vlasů
- pozitivně regulují cholesterol
- jsou výbornou prevencí před onemocněním astmatem, artritidou a vředy

SEZAMOVÁ SEMÍNKA

- jsou vynikajícím lékem na choroby očí, sliznic, kůže, nehtů a vlasů
- jsou prospěšná k prevenci a léčbě osteoporózy, osteomalacie, zlomenin kostí a chrupavek
- zvyšují imunitu a výrazně zlepšují látkovou přeměnu
- sezam je výborným lékem na neurózy, deprese a psychózy

CHIA

- jsou bohatá na proteiny a mají vysoký obsah zdravých mastných kyselin
- přispívají k prodloužení intervalu přeměny sacharidů na jednoduché cukry
- jsou skvělou zásobárnou minerálů, vitamínů a kvalitních sacharidů
- jsou významným nutričním pomocníkem pro osoby vyznávající zdravý životní styl

JABLKA

- stabilizují hladinu cukru v krvi
- posilují imunitní systém, srdce a krevní oběh
- snižují krevní tlak a posilují cévy
- čistí střeva a posilují dásně

NA 100% JSME NA ADRESÁCH
Atrium Flóra – Vinohradská 151, Praha 3
Palladium – Nám. Republiky I, Praha 1
Letiště Václava Havla Praha, Terminál I
www.drinkfresh.cz, info@drinkfresh.cz

inude
FRESH & JUICY