

# ORGANIZZA LA TUA SETTIMANA DI DIETA FAST

WWW.LADIETAFAST.IT



CORBACCIO

LUNEDÌ MARTEDÌ MERCOLEDÌ GIOVEDÌ VENERDÌ SABATO DOMENICA

COLAZIONE:

KCAL.....

PRANZO:

KCAL.....

CENA:

KCAL.....

SPUNTINI:

KCAL.....

TOTALE KCAL.....

COLAZIONE:

KCAL.....

PRANZO:

KCAL.....

CENA:

KCAL.....

SPUNTINI:

KCAL.....

TOTALE KCAL.....

COLAZIONE:

KCAL.....

PRANZO:

KCAL.....

CENA:

KCAL.....

SPUNTINI:

KCAL.....

TOTALE KCAL.....

COLAZIONE:

KCAL.....

PRANZO:

KCAL.....

CENA:

KCAL.....

SPUNTINI:

KCAL.....

TOTALE KCAL.....

COLAZIONE:

KCAL.....

PRANZO:

KCAL.....

CENA:

KCAL.....

SPUNTINI:

KCAL.....

TOTALE KCAL.....

COLAZIONE:

KCAL.....

PRANZO:

KCAL.....

CENA:

KCAL.....

SPUNTINI:

KCAL.....

TOTALE KCAL.....

COLAZIONE:

KCAL.....

PRANZO:

KCAL.....

CENA:

KCAL.....

SPUNTINI:

KCAL.....

TOTALE KCAL.....