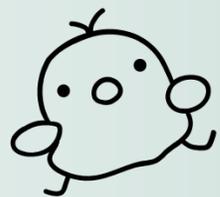


# MENÙ SETTIMANALE

Nutri il tuo corpo oggi per  
il benessere di domani



	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	domenica
COLAZIONE							
PRANZO							
CENA							
NOTE MEAL PREP							



Ricorda: il cambiamento richiede tempo e impegno.  
Sii paziente con te stesso e celebra ogni piccolo successo.

