



PLANER POSIŁKÓW



ODŻYWIENIA
odżyw się, a odżyjesz!
by Monika Rzepka

I ŚNIADANIE



II ŚNIADANIE



OBIAD



PODWIECZOREK



KOLACJA



	I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
PONIEDZIAŁEK					
WTOREK					
ŚRODA					
CZWARTEK					
PIĄTEK					
SOBOTA					
NIEDZIELA					