Montag

Das gibt's:

Zutaten:

Dienstag

Das gibt's:

Zutaten:

Mittwoch

Das gibt's:

Zutaten:

Donnerstag

Das gibt's:

Zutaten:

Freitag

Das gibt's:

Zutaten:

Samstag

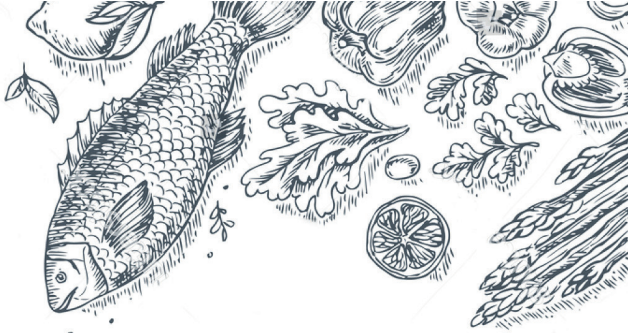
Das gibt's:

Zutaten:

Sonntag

Das gibt's:

Zutaten:



Einkaufsliste

☑	Menge	Produkt

LCHF DEUTSCHLAND
www.LCHF-Deutschland.de