

Wöchentliche Rezeptübersicht

Starte Autophagie mit Intervallfasten 16h und Pescetarismus · Montag bis Sonntag

9

Einzigartige Einträge

63

Geplante Vorkommen

7

Aktive Tage

540 min

Geplante Zeit

Eintrag	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	Gesamt
Calicen Smoothie Woche 1-2 Frühstück	X	X	X	X	X	X	X	7
Grüntee Frühstück	3	3	3	3	3	3	3	21
Keto Garnelen in Kokoscreme Frühstück			X					1
Calicen Salad Woche 1-2 Abendessen	X	X	X	X	X	X	X	7
Keto-Lachs- und Garnelensuppe Mittagessen				X				1
Kräutertee Mittagessen	3	3	3	3	3	3	3	21
Lachs mit cremigen Shiitake-Pilzen Mittagessen	X				X			2
Linseneintopf Mittagessen							X	1
Tilapia und Gemüse in Folienverpackung Mittagessen		X				X		2