

Resumen semanal de recetas

Inicia Autofagia con ayuno intermitente 16h y dieta pescatariana · De lunes a domingo

9

Elementos únicos

63

Apariciones programadas

7

Días activos

540 min

Tiempo planificado

Elemento	lun	mar	mié	jue	vie	sáb	dom	Total
Keto camarones en crema de coco Desayuno			X					1
Smoothie Calicen Semana 1-2 Desayuno	X	X	X	X	X	X	X	7
Té Verde Desayuno	3	3	3	3	3	3	3	21
Ensalada Calicen Semana 1-2 Cena	X	X	X	X	X	X	X	7
Keto, sopa de salmón y camarones Almuerzo				X				1
Salmón con shiitake a la crema Almuerzo	X				X			2
Sopa de lentejas Almuerzo							X	1
Tilapia y verduras en papillote Almuerzo		X				X		2
Té Herbal Almuerzo	3	3	3	3	3	3	3	21