Resumen semanal de recetas

Edición 2026 · Semanas 5–6 · Incrementar Autofagia · De lunes a domingo

13	71	7	567 min
Elementos únicos	Apariciones programadas	Días activos	Tiempo planificado

Elemento	lun	mar	mié	jue	vie	sáb	dom	Total
Guacamole **Comida**					X			1
Smoothie Calicen Semanas 5-8 **Desayuno**	X	X	X	X	X	X	X	7
Suplementos en cápsulas **Desayuno**	X	X	X	X	X	X	X	7
Té Verde **Comida · Desayuno · Pause VILPA 1**	3	3	3	3	3	3	3	21
Brunch keto de huevos y hongos. **Comida**	X							1
Calicen Ensalada Semanas 3-8 **"Cena"**	X	X	X	X	X	X	X	7
Guiso de hongos **Comida**						X		1
Keto camarones en crema de coco **Comida**							X	1
Keto Tacos de camarón **Comida**				X				1
Keto vegano, Buddha bowl **Comida**			X					1
Salmón con shiitake a la crema **Comida**		X						1
Tortillas keto (almendra, linaza y coco) **Comida**					X			1
Té Herbal **Ejercicios de respiración · Pausa VILPA 2 · "Cena" · Meditación**	3	3	3	3	3	3	3	21