

Dane aktualne na dzień: 05-07-2022 15:09

Link do produktu: <https://apfitness.pl/plan-posilkow-25-tygodni-p-37.html>



Plan posiłków - 25 tygodni

Cena **14,90 zł**

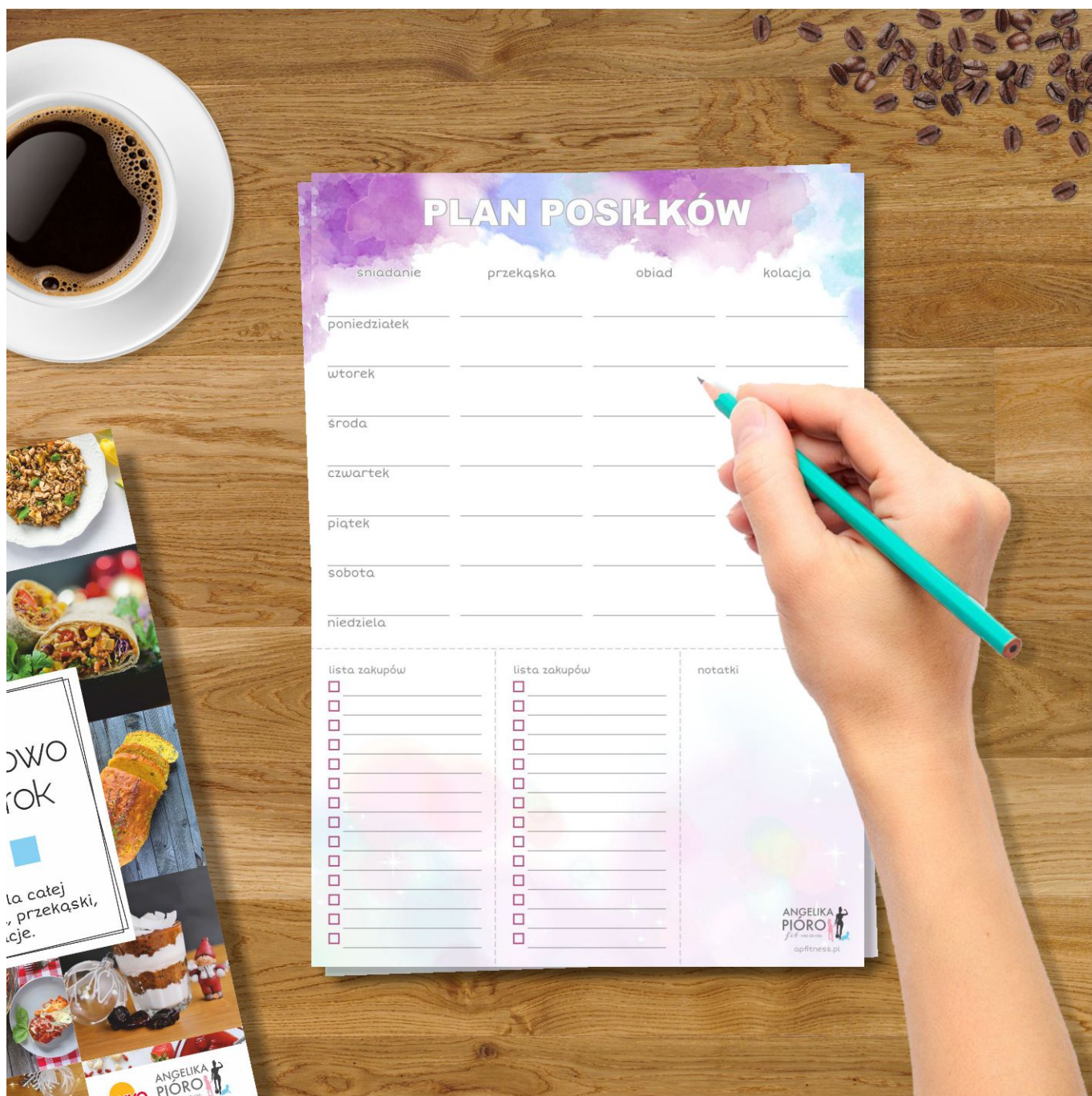
Dostępność **Dostępny**

Czas wysyłki **3 dni**

Numer katalogowy **pp25**

Opis produktu

Plan posiłków jest niezbędny dla każdego kto chce odżywiać się zdrowo. Ułatwia planowanie posiłków na cały tydzień, dzięki niemu zapomnisz o słowach "co dziś ugotować". Dodatkowo planując posiłki łatwiej kontrolować wagę ciała każdego członka rodziny oraz robiąc zakupy, nie kupujesz na wyrost, więc nie marnujesz jedzenia.



Planujesz raz i ruszasz na zakupy. Do dyspozycji masz dwie listy zakupów, dzięki czemu nie musisz kupować wszystkiego na raz, artykuły o krótkim terminie przydatności możesz na drugą połowę tygodnia możesz kupić później. Listy zakupów możesz oderwać lub zrobić zdjęcie i przesłać mężowi na telefon i niech rusza na podbój!

Notatki są miejscem na dodatkowe pomysły lub plany, które chciałabyś zrealizować w bieżącym tygodniu

Bloczek zawiera 25 kartek w formacie B5: 176x250 mm