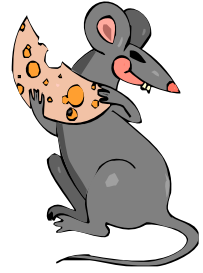


Du bist, was du isst!

Wochentag, Datum:



1. Frühstück:

2. Frühstück:

Mittag:

Vesper/ Kaffee:

Abendessen: