



ZI	Dimineață	Prânz	Seară
1			
2			
3			

- O măsură pe zi, dimineața



ZI	Dimineața	Prânz	Seară
4			
5			
6			

- O măsură dimineața
- O măsură seara

ZI	Dimineață	Prânz	Seară
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			

15			
16			
17			
18			
19			
20			
21			

- O măsură dimineața
- O măsură la prânz
- O măsură seara



www.cudragcristina.com

www.nestlehealthscience.ro/optifibre