

# MEAL PLANNER

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
COLAZIONE							
SPUNTINO							
PRANZO							
MERENDA							
CENA							
COSA POSSO <i>PREPARARE</i> <i>PRIMA?</i>							

**Dott.ssa Mariangela Presenza**  
NUTRIZIONE E DIETOTERAPIA

Mariangela Presenza  
BIOLOGA NUTRIZIONISTA e DIETISTA  
P. IVA 02051860688

[www.nutrizionistapresenza.com](http://www.nutrizionistapresenza.com)  
[info@nutrizionistapresenza.com](mailto:info@nutrizionistapresenza.com)  
+39 3386417238