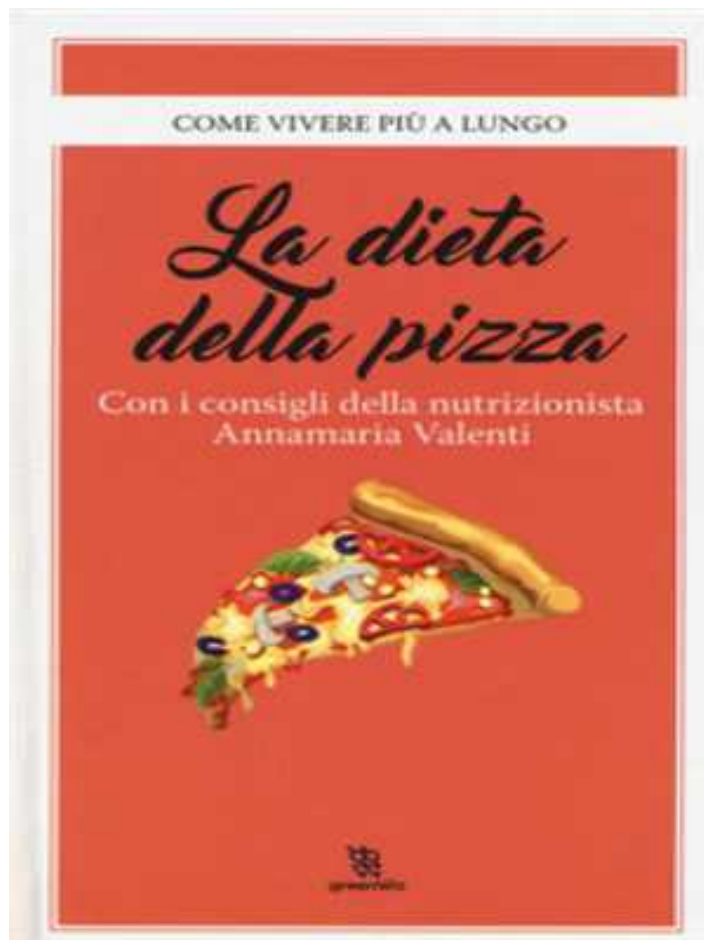


La dieta della pizza PDF

Annamaria Valenti



Questo è solo un estratto dal libro di La dieta della pizza. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



DOWNLOAD PDF

Autore: Annamaria Valenti
ISBN-10: 9788865088487
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 1285 KB

DESCRIZIONE

Una dieta salutare e genuina senza rinunciare al gusto! Per chi crede che mangiare sano non voglia dire tristi rinunce e privazioni. La dieta corta o lunga e le sue origini, i consigli per mantenere la forma fisica, il diario per gli appunti del mese, i benefici a lungo termine e la bilancia di ogni settimana.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Non rinunciare al piacere della pizza con la dieta ad hoc: calorie di una margherita, delle altre pizze e di peperoni e altri ingredienti.

Dieta della pizza a pranzo Mantenersi sempre leggeri, variando ogni giorno carne magra, prosciutto cotto, formaggio light (ricotta, Philadelphia, mozzarella), pesce.

Fare la dieta non sempre vuol dire rinunciare ad ottimo cibo, e non è detto che il regime alimentare deve essere solamente di privazioni. Infatti, anche ...

LA DIETA DELLA PIZZA

[Leggi di più ...](#)