



Lebensmittel

- Vollkorntoast
- Körniger Frischkäse (20% Fett i. Tr.)
- Aufschnitt, Hähnchenbrust
- Äpfel
- Wheyprotein
- Bananen
- Reis
- Hähnchenbrustfilet
- Kaisergemüse
- Paranüsse