

* Ara öğün (Terchen saat 15:00-16:00 civarında): Maden suyu (2 çimdik kaya tuzu ve limon 5-10 damla limon sıkılmış şekilde)

[1]

HİNDİ FÜME YOK. KIRMIZI ETİ KIYMA OLARAK YİYOR.