דודי לביא
דיאטן קליני וספורט
קליניקה: 077-4502270
פקס: 077-4502271
sport.nutrition@gmail.com
WWW.dudi-lavi.co.il

יומן אכילה שבועי

שם: _____

	שעה	ראשון	שעה	שני	שעה	שלישי	שעה	רביעי	שעה	חמישי	שעה	שישי	שעה	שבת
בוקר														
ביניים														
צהריים														
ביניים														
ערב														
לילה														
שתייה														
פעילות גופנית														