Foro de economía y estilo de vida - foro.preguntasfrecuentes.net - Foro de economía y estilo de vida

nerado: 19 December, 2025, 11:18
nerado: 19 December, 2025, 11:18

Hábitos	saludables	en el	l desav	uno.
---------	------------	-------	---------	------

Escrito por Carmela - 29/10/2016 07:07

Hola,

Os dejo un artículo muy interesante sobre la importancia del desayuno.

Yo que tengo cierta tendencia a engordar, solo me permito los hidratos en este momento del día. Antes apenas comía, pero actualmente, es la comida más copiosa que hago y me da fuerzas para enfrentarme al nuevo día.

Desayunos saludables.
