

abnehmen - nur 3 Mahlzeiten?

Beitrag von „Hermine“ vom 8. März 2005 17:28

Möchte mich hier gleich mit einer Umfrage anschließen, die in meinem Fall auch was mit Abnehmen zu tun hat:

Wie hältet Ihr es mit dem Frühstück?

Das bleibt bei mir meistens bei einer Tasse Tee und in der Schule kommt dann als zweites Frühstück eine Käsesemmel oder ähnliches dazu- ich weiß, dass das nicht gesund ist, aber mag nicht noch früher aufstehen und abends vorbereiten- hm, vergess ich bis jetzt meistens.

Lg, Hermine