

# **Heute ess ich**

**Beitrag von „s3g4“ vom 7. Juni 2023 08:14**

Zitat von Quittengelee

Machst du Bodybuilding? 

ne mache ich nicht. Also bisschen Krafttraining schon. Das ist aber eine einfache Mahlzeit, die man gut mitnehmen kann, kostet nicht viel und macht lange satt.