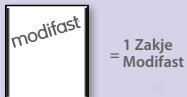


FASE A = afvallen met ca. 667 kcal



	ONTBIJT	LUNCH	TUSSENDOOR	DINER
WEEK 1	modifast	modifast	modifast	modifast
+				
WEEK 2	modifast	modifast	modifast	modifast

BOODSCHAPPENLIJSTJE VOOR 2 WEKEN

- 56 porties Modifast Intensive (shake, pudding of muesli)



- 1 calorie bouillon
- (indien gewenst) light frisdrank (max 1 glas per dag)
- rauwkost bv brocolliroosjes, komkommer, radijsjes, paprika
- koffie en thee (zonder suiker en melk)