

# 2019

## #desafioveronicalaino

### Desafio: Semana 5

Mês

DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB

#### Regras

- Toda vez que consumir uma fritura anote o tipo de alimento que consumiu e onde foi consumida a fritura.
- Toda vez que consumir um alimento que contém açúcar, anote qual alimento que foi
- IDEAL: tente não consumir na mesma semana a fritura e o açúcar. Quando consumir, tente esperar pelo menos 7 dias para consumir novamente.



veronicalaino



VeronicaLaino