

INHALTSVERZEICHNIS

- 04 Der *ProPoints*[®] Plan
- 06 Wochenplan für Berufstätige

- 08 Frühstück
- 34 Suppen
- 50 Salate
- 76 Hauptmahlzeiten
- 122 Herzhafte & süße Snacks

- 154 Register nach *ProPoints*[®] Wert
- 156 Register nach Alphabet
- 158 Register nach Lebensstil
- 161 Register nach Zutaten
- 167 Impressum