

AGENDA DES REPAS DE LA SEMAINE

Semaine du _____ au _____

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Petit-déjeuner					
Déjeuner/Bento	<div>Protéines</div> <div>Féculents</div> <div>Fruit & extras</div> <div>Légumes</div>	<div>Protéines</div> <div>Féculents</div> <div>Fruit & extras</div> <div>Légumes</div>	<div>Protéines</div> <div>Féculents</div> <div>Fruit & extras</div> <div>Légumes</div>	<div>Protéines</div> <div>Féculents</div> <div>Fruit & extras</div> <div>Légumes</div>	<div>Protéines</div> <div>Féculents</div> <div>Fruit & extras</div> <div>Légumes</div>
Dîner					
En-cas					
Notes	Restes/provisions			Liste de courses	
	Notes				

AGENDA DES REPAS DU WEEKEND

Semaine du _____ au _____

	Samedi	Dimanche
Petit-déjeuner		
Déjeuner/Bento	<div>Protéines</div> <div>Féculents</div> <div>Fruit & extras</div> <div>Légumes</div>	<div>Protéines</div> <div>Féculents</div> <div>Fruit & extras</div> <div>Légumes</div>
Dîner		
En-cas		
Notes	Provisions à préparer	

Liste de courses/Notes