

PLANIFICATION DES REPAS

◆ Ne pas oublier de vérifier l'inventaire du garde-manger, du réfrigérateur et du congélateur !

LUNDI	
MARDI	
MERCREDI	
JEUDI	
VENREDI	

Nouveautés à essayer :

Blond Story

FRUITS & LÉGUMES

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

VIANDES, POISSONS & SUBSTITUS

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

PAINS & PRODUITS DE BOULANGERIE

- _____
- _____
- _____

PRODUITS LAITIERS

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

PRODUITS SURGELÉS

- _____
- _____
- _____

PRODUITS NON PÉRISSABLES

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

PRODUITS NATURELS & SUPPLÉMENTS

- _____
- _____
- _____