



# Mes menus de la semaine

du .... au ....

	Petit-déjeuner	Déjeuner	Goûter	Dîner
Lundi	..... ..... .....	..... ..... .....	..... ..... .....	..... ..... .....
Mardi	..... ..... .....	..... ..... .....	..... ..... .....	..... ..... .....
Mercredi	..... ..... .....	..... ..... .....	..... ..... .....	..... ..... .....
Jeudi	..... ..... .....	..... ..... .....	..... ..... .....	..... ..... .....
Vendredi	..... ..... .....	..... ..... .....	..... ..... .....	..... ..... .....
Samedi	..... ..... .....	..... ..... .....	..... ..... .....	..... ..... .....
Dimanche	..... ..... .....	..... ..... .....	..... ..... .....	..... ..... .....



## Liste de courses

du .... au ....

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

