



# Heti menü TERVEZŐ



Hétfő



Reggeli:

.....

Ébéd:

.....

Vacsora:

.....



Kedd



Reggeli:

.....

Ébéd:

.....

Vacsora:

.....



Szerda



Reggeli:

.....

Ébéd:

.....

Vacsora:

.....



Csütörtök



Reggeli:

.....

Ébéd:

.....

Vacsora:

.....



Péntek



Reggeli:

.....

Ébéd:

.....

Vacsora:

.....



Szombat



Reggeli:

.....

Ébéd:

.....

Vacsora:

.....



Vasárnap



Reggeli:

.....

Ébéd:

.....

Vacsora:

.....



Bevásárló lista



1. .... 9. ....

2. .... 10. ....

3. .... 11. ....

4. .... 12. ....

5. .... 13. ....

6. .... 14. ....

7. .... 15. ....

8. .... 16. ....

MEGJEGYZÉS:

