



PLANIFICATEUR DE REPAS



Ma semaine, bien organisée et savoureuse



	PETIT-DÉJEUNER	DÉJEUNER	DÎNER	COLLATION
Lundi 				
Mardi 				
Mercredi 				
Jeudi 				
Vendredi 				
Samedi 				
Dimanche 				

 MANGER SAIN, PARTAGER, PROFITER. 
♡

LISTE DE COURSES

- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐



NOTES & IDÉES



*Se faire plaisir
chaque jour !*

