

MENUS DE LA SEMAINE

Semaine du :

au :

Idées menus :

Envies particulières :

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

déjeuner

déjeuner

déjeuner

déjeuner

déjeuner

déjeuner

déjeuner

chef cuistot :

à préparer à l'avance

courses à prévoir

chef cuistot :

à préparer à l'avance

courses à prévoir

chef cuistot :

à préparer à l'avance

courses à prévoir

chef cuistot :

à préparer à l'avance

courses à prévoir

chef cuistot :

à préparer à l'avance

courses à prévoir

chef cuistot :

à préparer à l'avance

courses à prévoir

chef cuistot :

à préparer à l'avance

courses à prévoir

dîner

dîner

dîner

dîner

dîner

dîner

dîner

chef cuistot :

à préparer à l'avance

courses à prévoir

chef cuistot :

à préparer à l'avance

courses à prévoir

chef cuistot :

à préparer à l'avance

courses à prévoir

chef cuistot :

à préparer à l'avance

courses à prévoir

chef cuistot :

à préparer à l'avance

courses à prévoir

chef cuistot :

à préparer à l'avance

courses à prévoir

chef cuistot :

à préparer à l'avance

courses à prévoir

Dans nos placards : _____

Au congélateur : _____

Le top de la
semaine :