VIE *FLUIDE*

À IMPRIMER · REPAS

Menu de la semaine

Choisis tes repas le dimanche : la semaine se déroule toute seule et les courses se font en une fois.

Semaine du _____

Pour (personnes) _____

JOUR	PETIT-DÉJEUNER	MIDI	SOIR
Lundi			
Mardi			
Mercredi			
Jeudi			
Vendredi			
Samedi			
Dimanche			

Courses à prévoir

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

Idées pour la semaine prochaine

Fiche offerte par **Vie Fluide**, pour un usage personnel.

La version en ligne fait les calculs pour toi : **espace.viefluide.fr**