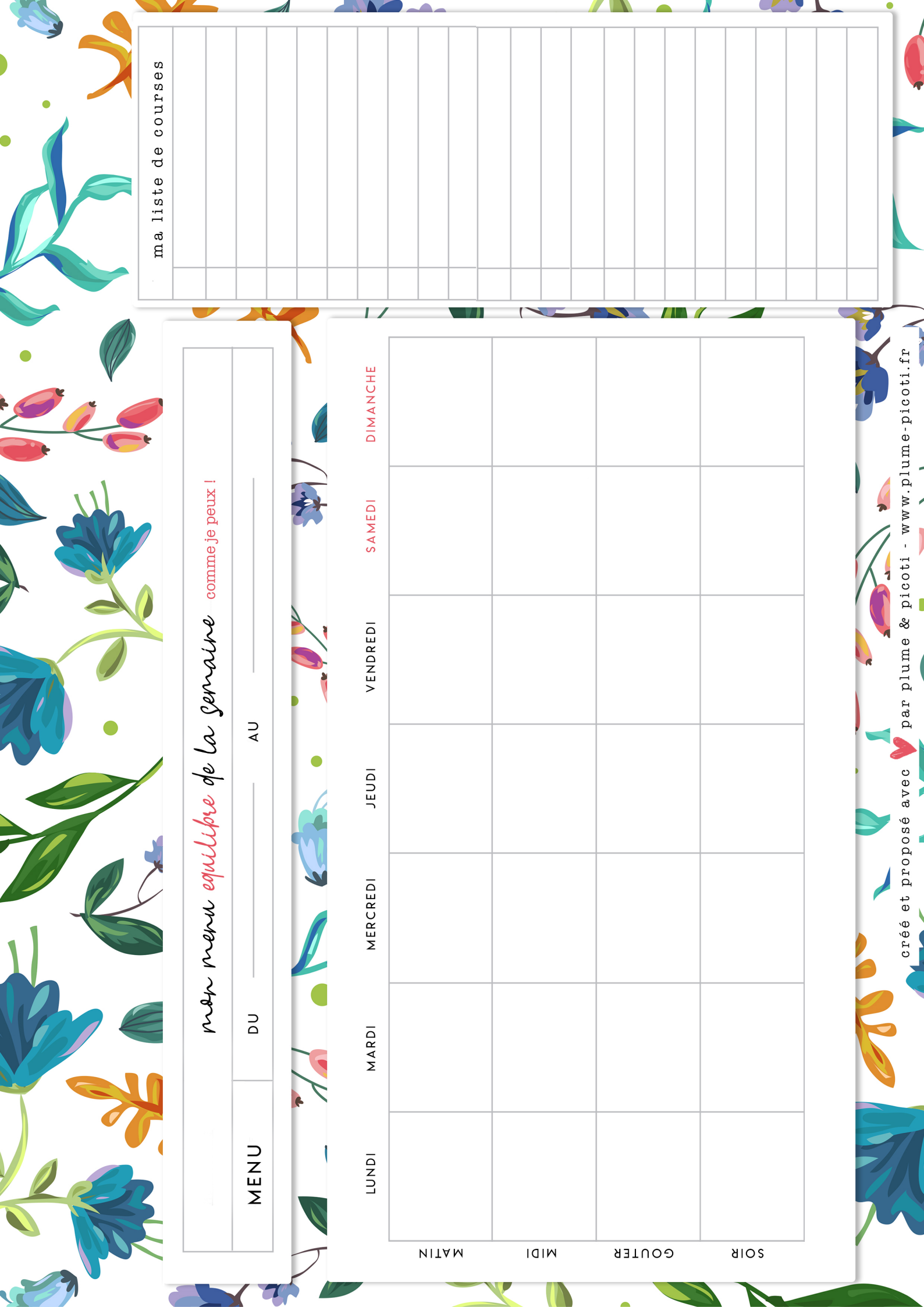




mon menu *équilibré* de la semaine *comme je peux* !

|      |    |       |    |       |
|------|----|-------|----|-------|
| MENU | DU | _____ | AU | _____ |
|------|----|-------|----|-------|

|        | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | SAMEDI | DIMANCHE |
|--------|-------|-------|----------|-------|----------|--------|----------|
| MATIN  |       |       |          |       |          |        |          |
| MIDI   |       |       |          |       |          |        |          |
| GOUTER |       |       |          |       |          |        |          |
| SOIR   |       |       |          |       |          |        |          |

| ma liste de courses |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|---------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
|---------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|