

# MENUS DE LA SEMAINE



## LUNDI

Note :

Déjeuner :

Diner :

+/- Collations :

## MARDI

Note :

Déjeuner :

Diner :

+/- Collations :

## MERCREDI

Note :

Déjeuner :

Diner :

+/- Collations :

## JEUDI

Note :

Déjeuner :

Diner :

+/- Collations :

## VENDREDI

Note :

Déjeuner :

Diner :

+/- Collations :

## SAMEDI

Note :

Déjeuner :

Diner :

+/- Collations :

## DIMANCHE

Note :

Déjeuner :

Diner :

+/- Collations :

## Note de la semaine



# LISTE DE COURSES

**FRUITS & LÉGUMES**

**CRÈMERIE**

**BOUCHERIE & CHARCUTERIE**

**ÉPICERIE SALÉE**

**ÉPICERIE SUCRÉE**

**POISSONNERIE**

**SURGELÉS**

**ASSAISONNEMENTS, ÉPICES  
& HERBES AROMATIQUES**

**AUTRES (HYGIÈNE, ANIMAUX)**