

* Je cuisine, je mange bien, je suis en forme !



➔ Mois :

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Midi _____ _____ _____ _____	Midi _____ _____ _____ _____	Midi _____ _____ _____ _____	Midi _____ _____ _____ _____	Midi _____ _____ _____ _____	Midi _____ _____ _____ _____
★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★
Soir _____ _____ _____ _____	Soir _____ _____ _____ _____	Soir _____ _____ _____ _____	Soir _____ _____ _____ _____	Soir _____ _____ _____ _____	Soir _____ _____ _____ _____
★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★

Dimanche

Midi _____

Soir _____

★★★★★

Règles en cuisine : #1 Maman a toujours raison
 #2 Maman a toujours raison #3 Papa a toujours raison s'il écoute les conseils de Maman #4 Non, c'est déjà salé...

Essais et Plans B

Recettes à Chercher

Notes et idées de la semaine

* Je m'organise, je mange bien, je suis en forme!



➔ Mois :

Légumes



Five horizontal lines for writing vegetables.

Viandes



Five horizontal lines for writing meats.

Fruits



Five horizontal lines for writing fruits.

Poissons



Five horizontal lines for writing fish.

Fromages



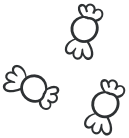
Five horizontal lines for writing cheeses.

Desserts



Five horizontal lines for writing desserts.

Divers



Five horizontal lines for writing miscellaneous items.



Ma liste de courses!



Multiple horizontal lines for the shopping list, enclosed in a dashed border with a wavy inner edge.

www.organisemoi.fr

