

Меню за седмицата

	Закуска	Обед	Вечеря
Понеделник			
Вторник			
Сряда			
Четвъртък			
Петък			
Събота			
Неделя			

Списък за пазаруване

- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐

Леки закуски

- ☐ ядки
- ☐ плодове
- ☐ бисквити
- ☐ шейк
- ☐ енергийно блокче
- ☐ разтворима супа
- ☐ солети
- ☐ вафли
- ☐
- ☐