

Din måltidsplanering vecka:

Måndag		Att handla:
Kött/fisk		
Serveras med		
Grönsaker		
Anteckningar		
Tisdag		
Kött/fisk		
Serveras med		
Grönsaker		
Anteckningar		
Onsdag		
Kött/fisk		
Serveras med		
Grönsaker		
Anteckningar		
Torsdag		
Kött/fisk		
Serveras med		
Grönsaker		
Anteckningar		
Fredag		
Kött/fisk		
Serveras med		
Grönsaker		
Anteckningar		
Lördag		
Kött/fisk		
Serveras med		Kom ihåg
Grönsaker		
Anteckningar		
Söndag		
Kött/fisk		
Serveras med		
Grönsaker		
Anteckningar		