

# Plánovač jídelníčku

PONDĚLÍ	PÁTEK	NÁKUPNÍ SEZNAM
snídaně _____ svačina _____ oběd _____ svačina _____ večeře _____ pohyb _____	snídaně _____ svačina _____ oběd _____ svačina _____ večeře _____ pohyb _____	_____ _____ _____ _____ _____ _____
ÚTERÝ snídaně _____ svačina _____ oběd _____ svačina _____ večeře _____ pohyb _____	SOBOTA snídaně _____ svačina _____ oběd _____ svačina _____ večeře _____ pohyb _____	_____ _____ _____ _____ _____ _____
STŘEDA snídaně _____ svačina _____ oběd _____ svačina _____ večeře _____ pohyb _____	NEDĚLE snídaně _____ svačina _____ oběd _____ svačina _____ večeře _____ pohyb _____	_____ _____ _____ _____ _____ _____
ČTVRTEK snídaně _____ svačina _____ oběd _____ svačina _____ večeře _____ pohyb _____	Nápady na příští týden _____ _____ _____ _____ _____	_____ _____ _____ _____ _____