PROJEKT ZDROWIE | POLSKIE CENTRA DIETETYCZNE

PLANER POSIŁKÓW

Kupuj jedzenie rozsądnie i pamiętaj, że najważniejszy jest plan!
Rób zakupy ściśle według listy.

PONIEDZIAŁEK

WTOREK

ŚRODA

CZWARTEK

PIĄTEK

SOBOTA

NIEDZIELA

LISTA ZAKUPÓW