



PLANEADOR SEMANAL DE COMIDAS

SEMANA DE

| | DESAYUNO | ALMUERZO | CENA | REFRIGERIOS | LISTA DE MERCADO |
|-----------|----------|----------|------|-------------|------------------|
| Lunes | | | | | |
| Martes | | | | | |
| Miércoles | | | | | |
| Jueves | | | | | |
| Viernes | | | | | |
| Sábado | | | | | |
| Domingo | | | | | |

