



A better me

PLANNING DES REPAS

PETIT-DÉJEUNER

LUN.

MAR.

MER.

JEU.

VEN.

DÉJEUNER

LUN.

MAR.

MER.

JEU.

VEN.

DÎNER

LUN.

MAR.

MER.

JEU.

VEN.

WEEK-END