

Αρχική Λίστα Υλικών

για το εβδομαδιαίο μενού

♥ ΕΧΩ ΑΥΤΑ ΤΑ ΥΛΙΚΑ:

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-



ΜΗΝ ΞΕΧΑΣΩ:



ΒΑΣΙΚΟ ΜΕΝΟΥ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ:

ΔΕ:

ΤΡ:

ΤΕ:

ΠΕ:

ΠΑ:

ΣΑ:

ΚΥ:

♥ ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΨΩΝΙΣΩ:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....