



GUEYE NDEYE AMY
DIÉTÉTICIENNE

NUTRITION
ACTIVITÉ PHYSIQUE
GOURMANDISE



Semaine du : _____

Merci d'indiquer les aliments à chaque repas en précisant au mieux les quantités (assiette, ½ assiette, en cuillère à café, à soupe...)

| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | SAMEDI | DIMANCHE |
|----------------|-------|-------|----------|-------|----------|--------|----------|
| Petit déjeuner | | | | | | | |
| Déjeuner | | | | | | | |
| Goûter | | | | | | | |
| Dîner | | | | | | | |