Cardápio da semana

Semana de _____

	Jantar	Preparar, sobras, quem cozinha
Segunda		
Terça		
Quarta		
Quinta		
Sexta		
Sábado		
Domingo		

Modelo gratuito de domenu.kalifi.ai. O Domenu faz isso no seu iPhone: guarda suas receitas, planeja a semana e soma a lista de compras.

Lista de compras

Frutas e legumes

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

Carnes e peixes

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

Laticínios e ovos

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

Padaria

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

Despensa

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

Congelados

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

Bebidas

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

Todo o resto

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

Modelo gratuito de domenu.kalifi.ai. O Domenu faz isso no seu iPhone: guarda suas receitas, planeja a semana e soma a lista de compras.