

Semaine : ____	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
PETIT DEJEUNER (heure, lieu, avec qui ?)							
COLLATION							
DEJEUNER (heure, lieu, avec qui ?)							
GOUTER							
DINER (heure, lieu, avec qui ?)							
ACTIVITE PHYSIQUE							
POIDS							