



PLAN DNIA

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

.....

.....

DO ZROBIENIA

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



ŚNIADANIE

OBIAD

KOLACJA

PRZEKĄSKI

AKTYWNOŚĆ



WODA

