

MADPLAN

MANDAG

TIRSDAG

ONSDAG

TORSDAG

FREDAG

LØRDAG

SØNDAG



INDKØBSSEDDEL

FRUGT

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

GRØNT

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

MÆLKEPRODUKTER

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

KØD, FISK & FJERKRÆ

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

HUSHOLDNING

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

TØRVARER

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

