



GRUPO |  **INS**

PLANIFICADOR MENU SEMANAL

Para la semana del:

Día	Desayuno	Almuerzo	Cena	Meriendas
Lun				
Mar				
Mie				
Jue				
Vie				
Sab				
Dom				

Anotaciones



Para la semana del:

Desayuno**Almuerzo****Cena****Meriendas****Anotaciones**



Frutas/Vegetales/Verduras	Cantidad	Precio
	Total	

Carne (Pollo, Res, Cerdo, Pescado, Huevo)	Cantidad	Precio
	Total	



Cereales (harinas, pan, arroz, tortillas, galletas, cereales, avena, pastas)	Cantidad	Precio
	Total	

Bebidas	Cantidad	Precio
	Total	



Granos y lácteos (frijoles, lentejas, garbanzos, cubaces, leche, yogurt, queso, natilla, mantequilla)	Cantidad	Precio
	Total	

Otros	Cantidad	Precio
	Total	



Receta:

Ingredientes

Dificultad de la
preparación:

Número de porciones:

Tiempo de duración:

Instrucciones

Anotaciones

☐☐☐☐