

MEAL PLANS FOR WEEK OF _____

MON (B) _____
(L) _____
(S) _____
(D) _____

WED (B) _____
(L) _____
(S) _____
(D) _____

FRI (B) _____
(L) _____
(S) _____
(D) _____

TUES (B) _____
(L) _____
(S) _____
(D) _____

THURS (B) _____
(L) _____
(S) _____
(D) _____

SAT (B) _____
(L) _____
(S) _____
(D) _____

SUN
(B) _____
(L) _____
(S) _____
(D) _____

SHOPPING LIST

•	•	•	•
•	•	•	•
•	•	•	•
•	•	•	•
•	•	•	•
•	•	•	•
•	•	•	•
•	•	•	•
•	•	•	•
•	•	•	•
•	•	•	•
•	•	•	•
•	•	•	•
•	•	•	•
•	•	•	•