

רשימת בישולים/מתכונים	רשימת קניות	רשימת הארוחות לשבוע
	<ul style="list-style-type: none"> ● ירקות/פירות: ● מוצרי מקרר: ● מוצרי מדף: ● שונות: 	<ul style="list-style-type: none"> ● ארוחות בוקר: ● ארוחות צהריים: ● ארוחות ביניים: ● ארוחות ערב: <div style="border: 1px solid red; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>סידור בלו"ז:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ עריכת קניות ○ בישול והכנת אוכל ○ סידור בקופסאות ולקיחתן </div>