

Zaplanuj styczeń 2020 z GuGuGa.pl

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
śniadanie			1	2	3	4	5
obiad							
do zrobienia							
sprzątanie							
wydarzenia							
	6	7	8	9	10 pełnia księżyca ●	11	12
śniadanie	tosty francuskie	kasza manna z malinami	płatki owsiane z rodzynkami i kakao	placuszki z jabłkiem	kanapki z twarogiem i rzodkiewką	jajecznica z pomidorem i chlebem	omlet z dżemem truskawkowym
obiad		Zrób obiad, pranie, odkurz mieszkanie	Zrób obiad na 2 dni, pranie, umyj łazienkę	Zrób zakupy i odpocznij	Zrób obiad, posprzątaj kuchnię	Zrób obiad Więcej czasu dla rodziny	Może pizza? Więcej czasu dla rodziny
do zrobienia							
sprzątanie							
wydarzenia							
	13	14	15	16	17	18	19
śniadanie	płatki jaglane z gruszką	jogurt naturalny z borówkami	placuszki z kaszy manny	kanapki z pastą z soczewicy	naleśniki z serem i owocem	jajko na twardo, pomidorki, awokado	placuszki z kaszy jaglanej
obiad	Zrób obiad na 2 dni, pranie, umyj łazienkę	Zrób zakupy i odpocznij	Zrób obiad, pranie, odkurz mieszkanie	Zrób obiad, posprzątaj kuchnię	Zrób obiad na 2 dni, zrób zakupy	Więcej czasu dla rodziny	Może wspólne wyjście do restauracji?
do zrobienia							
sprzątanie							
wydarzenia							
	20	21	22	23	24	25	26
śniadanie	jogurt grecki z kakao i amarantusem	chleb z masłem orzechowym i bananem	omlet ze szczypiorkiem i cukinią	kasza manna z gruszką	płatki owsiane z jabłkiem i cynamonem	placuszki orzechowo-kakaowe	kanapki z pastą jajeczną
obiad	Zrób obiad, pranie, odkurz mieszkanie	Zrób obiad na 2 dni, pranie, umyj łazienkę	Zrób zakupy i odpocznij	Zrób obiad, posprzątaj kuchnię	Zrób obiad na 2 dni	Więcej czasu dla rodziny	Gatuj razem z dziećmi, może ciasteczka
do zrobienia							
sprzątanie							
wydarzenia							
	27	28	29	30	31		
śniadanie	budyń jaglany z malinami	jabłka w cieście naleśnikowym	kasza manna z suszonymi morelami	kanapki z pastą z ciecierzycy	twarożek z ogórkiem i koperkiem		
obiad	Zrób obiad na 2 dni, zrób zakupy	Pomyśl dziś o sobie	Zrób obiad, pranie, odkurz mieszkanie	Zrób obiad, posprzątaj kuchnię i łazienkę	Zrób obiad na 2 dni, pranie		
do zrobienia							
sprzątanie							
wydarzenia							

Zaplanuj

Ważne wydarzenia

Zaplanuj styczeń 2020 z GuGuGa.pl

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
śniadanie			1	2	3	4	5
obiad							
do zrobienia							
sprzątanie							
wydarzenia							
	6	7	8	9	10 pełnia księżycy ●	11	12
śniadanie	tosty francuskie	kasza manna z malinami	płatki owsiane z rodzynkami i kakaem	placuszki z jabłkiem	kanapki z twarogiem i rzodkiewką	jajecznica z pomidorem i chlebem	omlet z dżemem truskawkowym
obiad							
do zrobienia							
sprzątanie							
wydarzenia							
	13	14	15	16	17	18	19
śniadanie	płatki jaglane z gruszką	jogurt naturalny z borówkami	placuszki z kaszy manny	kanapki z pastą z soczewicy	naleśniki z serem i owocem	jajko na twardo, pomidorki, awokado	placuszki z kaszy jaglanej
obiad							
do zrobienia							
sprzątanie							
wydarzenia							
	20	21	22	23	24	25	26
śniadanie	jogurt grecki z kakaem i amarantusem	chleb z masłem orzechowym i bananem	omlet ze szczypiorkiem i cukinią	kasza manna z gruszką	płatki owsiane z jabłkiem i cynamonem	placuszki orzechowo-kakaowe	kanapki z pastą jajeczną
obiad							
do zrobienia							
sprzątanie							
wydarzenia							
	27	28	29	30	31		
śniadanie	budyń jaglany z malinami	jabłko w cieście naleśnikowym	kasza manna z suszonymi morelami	kanapki z pastą z ciecierzycy	twaróg z ogórkiem i koperkiem		
obiad							
do zrobienia							
sprzątanie							
wydarzenia							

Zaplanuj

Ważne wydarzenia