جدول وجبات أسبوعي

recipyai.app

	السبت	الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة
الفطور							
الغداء							
العشاء							
التحضير نقع، طبخ بكمية، تجميد							