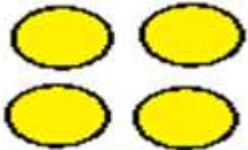
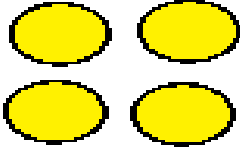
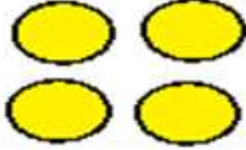
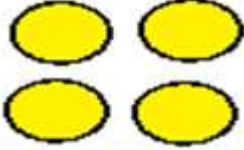
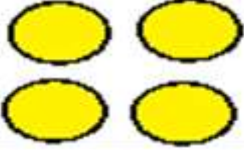
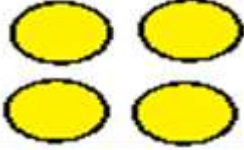
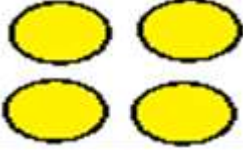
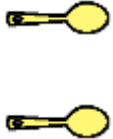
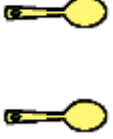
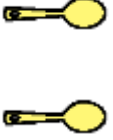
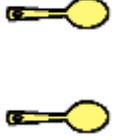
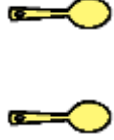
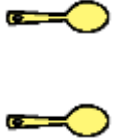
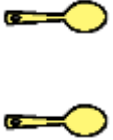


טבלת כמויות אכילה בארוחה - ליאם

יום ראשון	יום שני	יום שלישי	יום רביעי	יום חמישי	יום שישי	יום שבת
4 חתיכות 	4 חתיכות 	4 חתיכות 	4 חתיכות 	4 חתיכות 	4 חתיכות 	4 חתיכות 
2 כפות 	2 כפות 	2 כפות 	2 כפות 	2 כפות 	2 כפות 	2 כפות 

הנחיות ליישום:

- אפשר שמה שסיכמנו לשישי שבת יהיה דומה גם במהלך השבוע צירפתי רעיון התאימי את הכמויות בהתאם למה שנראה לך הרעיון הכללי שידע מראש את הכמויות שהגדרתם ובעמודה האחרונה יעשה וי או ידביק מדבקה בטבלה ואז יקבל את ההפתעה.
- אפשר גם לניילן את הדף ובכל יום יעשה וי או איקס על כל ביס בתוך הטבלה.