

# ប្រតិទិនអាហារប្រចាំសប្តាហ៍

	ថ្ងៃអាទិត្យ	ថ្ងៃចន្ទ	ថ្ងៃអង្គារ	ថ្ងៃពុធ	ថ្ងៃព្រហស្បតិ៍	ថ្ងៃសុក្រ	ថ្ងៃសៅរ៍
អាហារពេលព្រឹក							
អាហារថ្ងៃត្រង់							
អាហារពេលល្ងាច							
អាហារសម្រន់							
កំណត់ចំណាំ							




# CALENDARIO SEMANAL DE COMIDAS

	Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
Desayuno							
Almuerzo							
Cena							
Aperitivos							

**Notas:**



# WEEKLY MEAL CALENDAR

	Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
Breakfast							
Lunch							
Dinner							
Snacks							
Notes:							

# LINGGUHANG KALENDARYO NG PAGKAIN

	Linggo	Lunes ng Lunes	Martes	Miyerkules	Huwebes	Biyernes	Sabado
Almusal							
Tanghalian							
Hapunan							
Mga meryenda							
Mga Tala:							

