



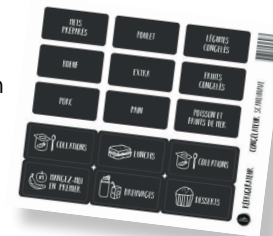
Inventaire du congélateur

	date d'expiration	quantité
POISSON ET FRUITS DE MER		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
POULET		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
BOEUF		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
PORC		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
PAIN		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

	date d'expiration	quantité
FRUITS CONGELÉS		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
LÉGUMES CONGELÉS		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
METS PRÉPARÉS		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
EXTRA		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Chez Les Belles Combines on préconise le **stockage**. Pour stocker les aliments périssables rien ne vaut un gros congélateur. Cette façon de faire peut s'avérer aussi très économique puisqu'acheter en gros ou pendant les soldes est toujours meilleur marché. Ceci dit, pour éviter tout gaspillage, mieux vaut garder l'inventaire à jour. Voici un document qui vous permettra d'y arriver! Procurez-vous les **étiquettes de rangement pour le réfrigérateur/congélateur** pour vous y retrouver plus facilement



la vie
de famille
est un jeu
d'enfant!