

ENVIE DE SAVOIR CE QUE TU AS EXACTEMENT DANS TON CONGÉLATEUR?

Utilise ma fiche d'inventaire pour
connaitre tes stocks



Avant de commencer...

Savoir exactement ce que l'on a permet de racheter seulement ce dont on a besoin et surtout éviter de racheter une énième fois certains produits. Et cela te sera aussi utile lorsque tu planifieras tes menus, tu n'auras plus besoin de farfouiller dedans pour savoir ce que tu as.

Cette fiche est à utiliser avec de petits aimants pour être facilement mise à jour. Voici un exemple d'aimants qui conviennent

N'oublie pas...

- de mettre à jour les stocks en rentrant des courses quand tu le remplis.
- d'expliquer à toute la famille comment s'utilise la fiche. Même si on a envie d'un Mars glacé à 2 heures du matin, on mets à jour l'inventaire 😊

Laure.

Fiche inventaire du congélateur

Quantité

Légumes



	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
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Fruits



	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
	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

Plats cuisinés



	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
	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







Frites, pdt...



	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
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Fiche inventaire du congélateur

Quantité

Bœuf 		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
		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
		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
Poisson et fruit 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
		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
Glaces 		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
		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

Ma maison maline

Le kit

Tous les outils dont tu as besoin
pour simplifier la gestion de ta maison

Le kit qui aide à dire

Bye bye

à la galère du ménage,
de la gestion des repas &
des lessives

& bonjour

à la gestion simplifiée de ta
maison

[En savoir plus](#)



BESOIN D'AIDE POUR LA SUITE ?

Rejoins-moi sur Instagram
[@laureganisatrice](https://www.instagram.com/laureganisatrice)

Retrouve toutes mes fiches
à télécharger gratuitement
[Accède à ma bibliothèque
privée](#)

Découvre mes services
www.laureganisatrice.fr

À bientôt!