

# Essensplan KW 23

## Montag

Mittag

Nudelauflauf

Abend

Grill' & Chill'

## Dienstag

Mittag

Rinderhack-Süßkartoffel-Auflauf

Abend

Tomaten-Mozzarella-Salat

## Mittwoch

Mittag

Spaghetti mit Garnelen mit Spinat

Abend

Brotzeit

## Donnerstag

Mittag

Klassische Lasagne

Abend

Grillzeit

## Freitag

Mittag

Hähnchenburger

Abend

Melonen-Feta-Salat

## Samstag

Mittag

Tiefkühltruhe plündern

Abend

Rührei mit Knäckebrot

## Sonntag

Mittag

Kartoffeln mit Senfsoße & Ei

Abend

Bestellen ☺

