

Essensplan – KW 29

Montag

Mittag

Resteessen

Abend

Gemüsewaffeln

Dienstag

Mittag

Zoodles mit Lachs-Sahne-Sauce

Abend

Vollkornsandwich

Mittwoch

Mittag

Rucola-Hähnchen-Salat

Abend

Käsespätzle

Donnerstag

Mittag

One-Pot-Pasta

Abend

Geburtstags-Grillen



Freitag

Mittag

Low Carb Hotdog Rolle

Abend

Selbstgemachter Döner

Samstag

Mittag

Herzhaftes Crêpes

Abend

Pizza bestellen

Sonntag

Mittag

Wassermelonen-Feta-Salat

Abend

Bestellen 😊

Notizen: